LEÇONS & IDÉES POUR DÉBUTER



APPRENDRE À COUDRE sa lingerie et ses maillots de bain



26 leçons et 8 créations expliquées en pas à pas

MANGO



APPRENDRE À COUDRE sa lingerie et ses maillots de bain

avec Charlotte Jaubert

Photographies : Nathalie Carnet
Stylisme : Marie Mersier

MANGO


SOMMAIRE

INTRODUCTION

Vous voulez créer votre lingerie à votre image ? Vous êtes amoureuse d'une lingerie à la fois simple, girly, joueuse et délicate ?

Je vous propose 15 patrons (*à télécharger ici*) de lingerie et de maillot de bain avec 4 ensembles de lingerie et 4 ensembles de maillot de bain, classés par niveaux de difficultés.

Dans ce livre, nous retrouvons des pièces emblématiques comme le soutien-gorge avec armature, le body ou encore le triangle. N'hésitez pas à mixer les pièces, à changer de matière, d'élastiques et surtout à vous amuser !

Nous savons que chaque corps est singulier, c'est ce qui rend la couture de lingerie complexe. N'hésitez pas ! N'ayez pas la peur de modifier et de faire évoluer les modèles pour qu'ils soient adaptés à votre morphologie.

Le but de ce livre est de se faire plaisir en cousant sa propre lingerie et en apprenant les différentes techniques qui caractérisent la corsetterie.

Prenez votre temps pour réaliser vos panoplies, la lingerie demande patience et minutie.

Mais faites-vous confiance !

J'espère que ce livre vous apportera un soutien et une aide dans vos moments de couture.

Je serai une petite souris pour admirer chacune de vos créations.

Charlotte

Télécharger les patrons


La leçon
de couture

LE MATÉRIEL



Pour coudre votre lingerie et votre maillot de bain, il vous faudra réunir différents matériels et fournitures.

Dans sa trousse de couture

- Épingle extra-fine
- Aiguilles machine fine taille 70 et pour tissu stretch
- Fil mousse
- Petits ciseaux
- Découd-vite
- Stylo à encre effaçable
- Mètre ruban
- Crayon à papier
- Règle
- Cutter rotatif
- Planche à découpe
- Papier à patron

Choisir sa machine

La machine familiale

Vous pouvez tout à fait commencer à réaliser vos sous-vêtements avec une machine familiale. Il faut qu'elle puisse réaliser un bon point zigzag.

Sur certaines machines, il existe des points stretch, des points surjet… qui pourront remplacer ceux de la surjeteuse.

Certaines machines ont un double entraînement, qui se nomme l' IDT. C'est une grande aide dans la lingerie et le maillot de bain, pour les tissus difficiles et pour les épaisseurs, au niveau des jonctions élastiques mais aussi des épaisseurs de tissus comme le Lycra et la laminette. Cela permet d'avoir des coutures et surpiqûres parfaites avec un entraînement de machine régulier.

La surjeteuse

Elle n'est pas obligatoire !Dans les leçons, je vous explique comment réaliser les modèles avec une machine familiale.

La surjeteuse permet d'avoir un point au rendu impeccable, et avec rapidité, grâce au couteau qui va éliminer toutes les aspérités.



PFAFF
ambition 1.0

Choisir ses tissus

Pour un meilleur maintien et un meilleur confort, on utilise des tissus avec de l'élasthanne, aussi appelé *spandex*.

Les fibres les plus souvent utilisées dans la lingerie sont le polyamide et le polyester, mais on constate une préférence pour le polyamide. Il est très doux et léger au porté, et procure un effet « seconde peau ».

Jersey de coton

La maille jersey est une maille simple permettant la réalisation de tee-shirt, de body, etc.

Il existe différents grammages : pour le fond de culotte, prenez un grammage assez fin, doux et souple.

Marquisette

La marquisette est un tulle en nylon qui permet le blocage ou la stabilisation des matières. Nous allons aussi nous en servir pour le séparateur sur le soutien-gorge avec armature ainsi que la basque (*voir Lexique du soutien-gorge*).

Dentelle stretch ou bloquée en galon ou en laize

Vous pouvez utiliser une dentelle avec ou sans élasthanne. Une dentelle stretch permet un meilleur confort au porté. Il existe différentes dentelles avec plus ou moins de relief, faites attention à leur confort.

La dentelle existe en galon, c'est-à-dire que vous avez une bande de dentelle avec des dents de part et d'autre de la bande. Il existe différentes largeurs de galon. Une laize de dentelle est une dentelle au mètre avec la lisière et la partie dent de dentelle.

Il existe aussi des petites trims de dentelles soit bloquées, soit stretch avec des dents plus ou moins fantaisie. La trim de dentelle viendra souligner et apporter du style à votre lingerie, sur un décolleté ou sur le bord d'une culotte.

Powernet (light, médium, strong)

Le *powernet* est une maille Raschel stretch avec une élasticité plus ferme qu'une résille simple.

Elle s'utilise le plus souvent dans des modèles gainants, sculptants pour les culottes gainantes, ou en tissu doublé dans les dos de soutien-gorge, pour un meilleur maintien et soutien.

Il existe différentes « forces de tension » *light, médium et strong*.

Microfibre

Cette matière permet un effet seconde peau, très agréable à porter au quotidien.

Trim de dentelle

La trim de dentelle est un petit ruban ou un petit galon qui peut être en dentelle bloquée ou stretch. Elle permet d'habiller, des finitions, des décolletées et des bords avec fantaisie et raffinement.

Résille

La résille est une maille Raschel stretch avec une élasticité souple. Elle s'utilise souvent en lingerie. Elle est fine et très agréable au porté. Elle apporte une certaine transparence à la pièce.

La teinture

Il existe des teintures pour teindre du polyester, de la polyamide ou du nylon. Vous pouvez donc acheter un tissu blanc ou beige et le teindre si vous ne trouvez pas votre couleur. Dans le livre le body, la joueuse et la délicate sont des dentelles et résilles entièrement teints.

Il existe de nombreuses autres matières qui peuvent convenir à la lingerie : la maille de coton, la résille, le satin extensible, le jersey fantaisie, le Lycra, la viscose, etc.

Il faut surtout que votre matière contienne un minimum d'élasthanne.

Le mieux reste de choisir un tissu qui vous fait envie, qui vous ressemble et que vous souhaitez travailler.

Pour choisir votre tissu de maillot de bain, voici quelques points importants.

Le tissu maillot de bain doit être résistant au chlore, au sel, au soleil, sécher rapidement et vous apporter un confort dans vos mouvements.

Pour cela il vous faut un tissu composé d'élasthanne, avec du polyamide ou du polyester.

Vous entendrez souvent parler de Lycra, qui est en fait une marque commerciale déposée. L'amalgame est souvent fait entre le Lycra et l'élasthanne. En anglais nous parlons de *spandex* ou d'élasthanne. Le Lycra peut s'étirer à 600 % et reviendra à sa forme initiale sans être déformé. C'est un tissu à mémoire de forme.

- Il doit avoir un pourcentage minimum de 10 % d'élasthanne.
- Il doit être bi-extensible, c'est-à-dire extensible dans sa hauteur et sa longueur.
- Il doit avoir un minimum d'opacité car une fois mouillé, la transparence est plus prononcée.
- Il peut se trouver en mat et brillant, uni ou à motif.


10
1
4
9
1
7
1
2
8
3
6
1
5

Les fournitures

1 Élastique

Il existe différents élastiques : avec bordure (on dit aussi « avec picots »), fantaisie, sans bordure, biais élastique, passepoil élastique. Tous ces élastiques existent dans différentes largeurs. Les élastiques sont très importants en lingerie, ils permettent de maintenir la lingerie près du corps, d'accompagner les mouvements au quotidien sans créer de gêne. Ils doivent être souples et avoir une bonne tension : après extension de l'élastique, celui-ci doit reprendre sa forme initiale.

2 Laminette

La laminette est un élastique en caoutchouc, principalement utilisé pour les maillots de bain. Elle a une grande résistance au chlore, au sel, et aux variations de température. Cependant, contrairement aux élastiques de lingerie, elle ne peut être utilisée à même la peau, elle doit toujours être emprisonnée dans des coutures.

3 Bretelle

Les élastiques bretelles sont des élastiques tissés avec une bonne résistance à la tension, ils sont plus rigides qu'un élastique plat. Ils jouent un rôle important et permettent de maintenir les bonnets de soutien-gorge proches de la poitrine. Ils apportent une aide au maintien de la poitrine, même si ce n'est pas leur premier rôle. Il existe différentes largeurs de bretelle, en fonction du bonnet de soutien-gorge. Une petite poitrine peut porter des bretelles fines mais une poitrine plus généreuse doit avoir des bretelles plus larges pour un meilleur maintien et un meilleur confort. Les bretelles risquent sinon de vous blesser.

4 Anneaux et réglettes

Les anneaux et réglettes permettent de régler les bretelles de soutien-gorge pour mieux s'adapter à la morphologie.

5 Attache soutien-gorge

L'attache soutien-gorge ou agrafe soutien-gorge permet de fermer et régler avec plus ou moins de tension le soutien-gorge.

6 Attache body

L'attache body ou bouton-pression sur bande permet de fermer le body par l'entrejambe.

7 Armature

L'armature est une fourniture importante dans le soutien-gorge, elle se situe tout autour du bonnet. Elle va soutenir la poitrine et renforcer le devant du soutien-gorge.

Il est très important que l'armature soit à votre taille pour qu'elle puisse jouer son rôle. Elle est en métal et il existe différentes formes et tailles en fonction de votre soutien-gorge et de votre taille.

8 Cache armature, protège armature, passe armature Cache baleine, protège baleine, passe baleine

C'est une bande de tissu gratté à l'aspect pelucheux et tout doux, en biais, formant une petite coulisse dans laquelle on glisse l'armature ou la baleine.

9 Baleine

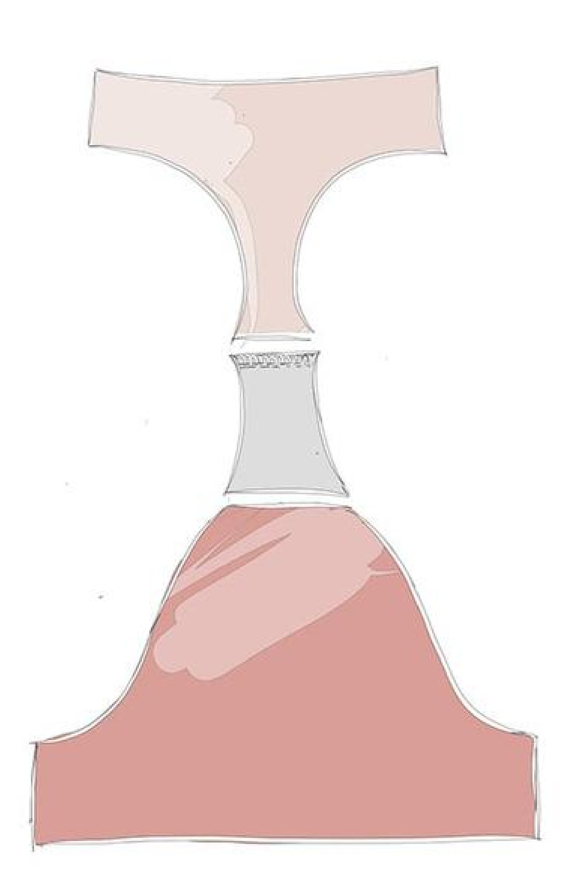
Cette lame en plastique ou en métal souple est utilisée sur le coté de votre soutien-gorge ou sur les corsets pour apporter une structure au tissu. Autrefois, on utilisait des fanons de baleine, d'où son nom ; il ne faut pas la confondre avec l'armature. Son rôle est de renforcer une forme.

10 Nœuds et pampilles

Les nœuds existent de différentes matières : satin, coton, dentelle… et différentes tailles en fonction du style que vous souhaitez.

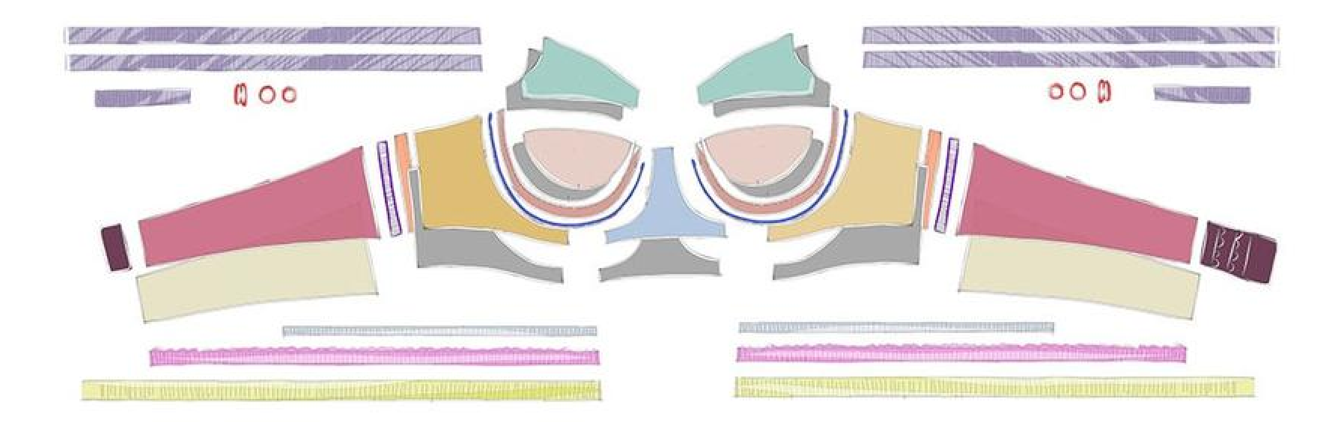
Les pampilles peuvent être des perles, des breloques, que vous pouvez mettre sur le bikini ou sur l'entre-sein de soutien-gorge.

LEXIQUE DE LA CULOTTE



- Tissu devant culotte
- Tissu dos culotte
- Fond de culotte : FDC
- Élastique taille sans bordure
- Élastique avec picots

LEXIQUE DU SOUTIEN-GORGE



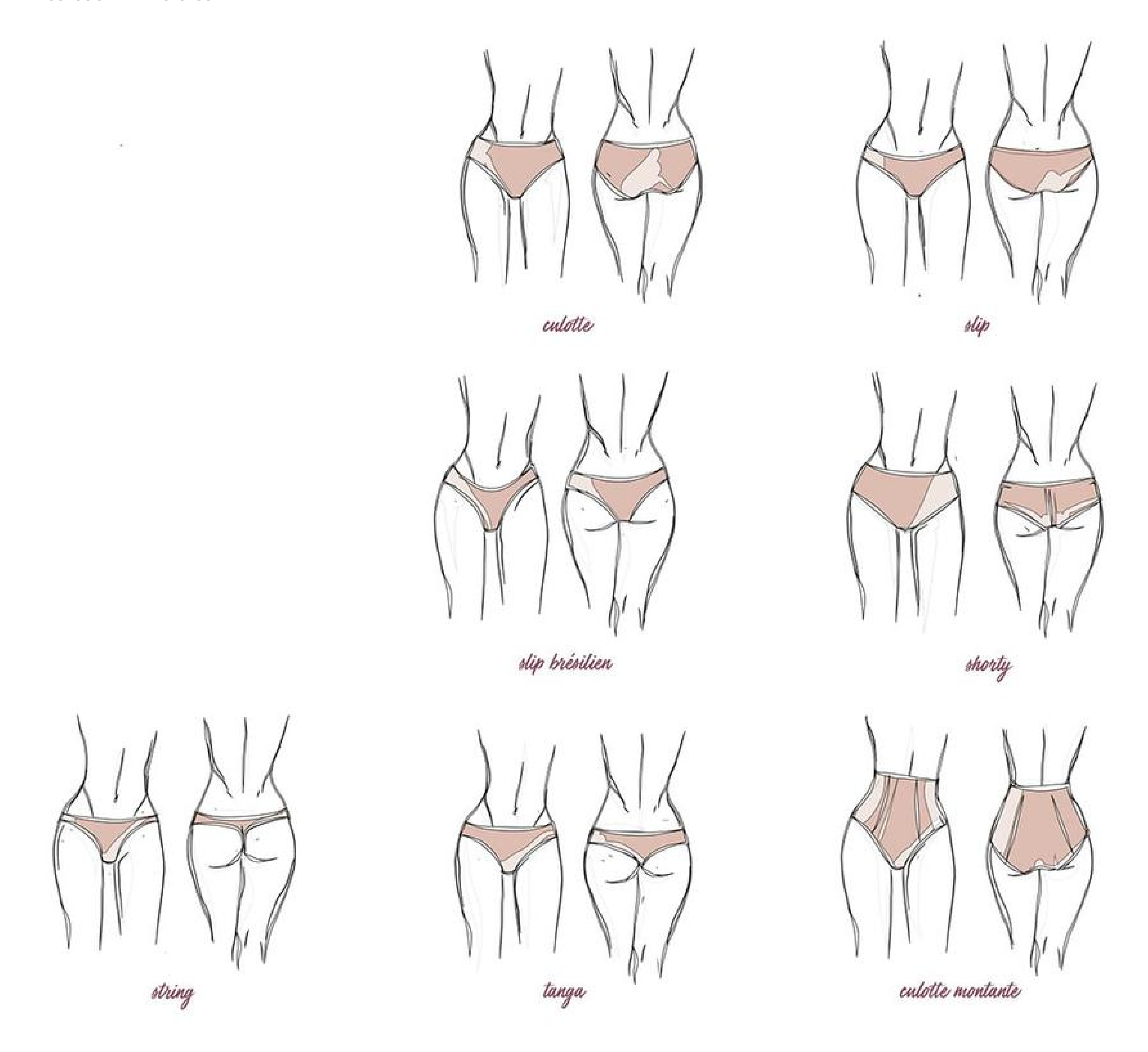


LES DIFFÉRENTS BAS

Voici les différents types de bas illustrés.

Il existe différents bas de sous-vêtements dans la lingerie, voici ceux que vous retrouverez le plus en boutique. Il existe également d’autres formes :

- Le hipster.
- Le boxer.
- Les bas « invisibles ».



LES DIFFÉRENTS SOUTIENS-GORGE

Voici les différents types de soutien-gorge illustrés.

Il existe également :

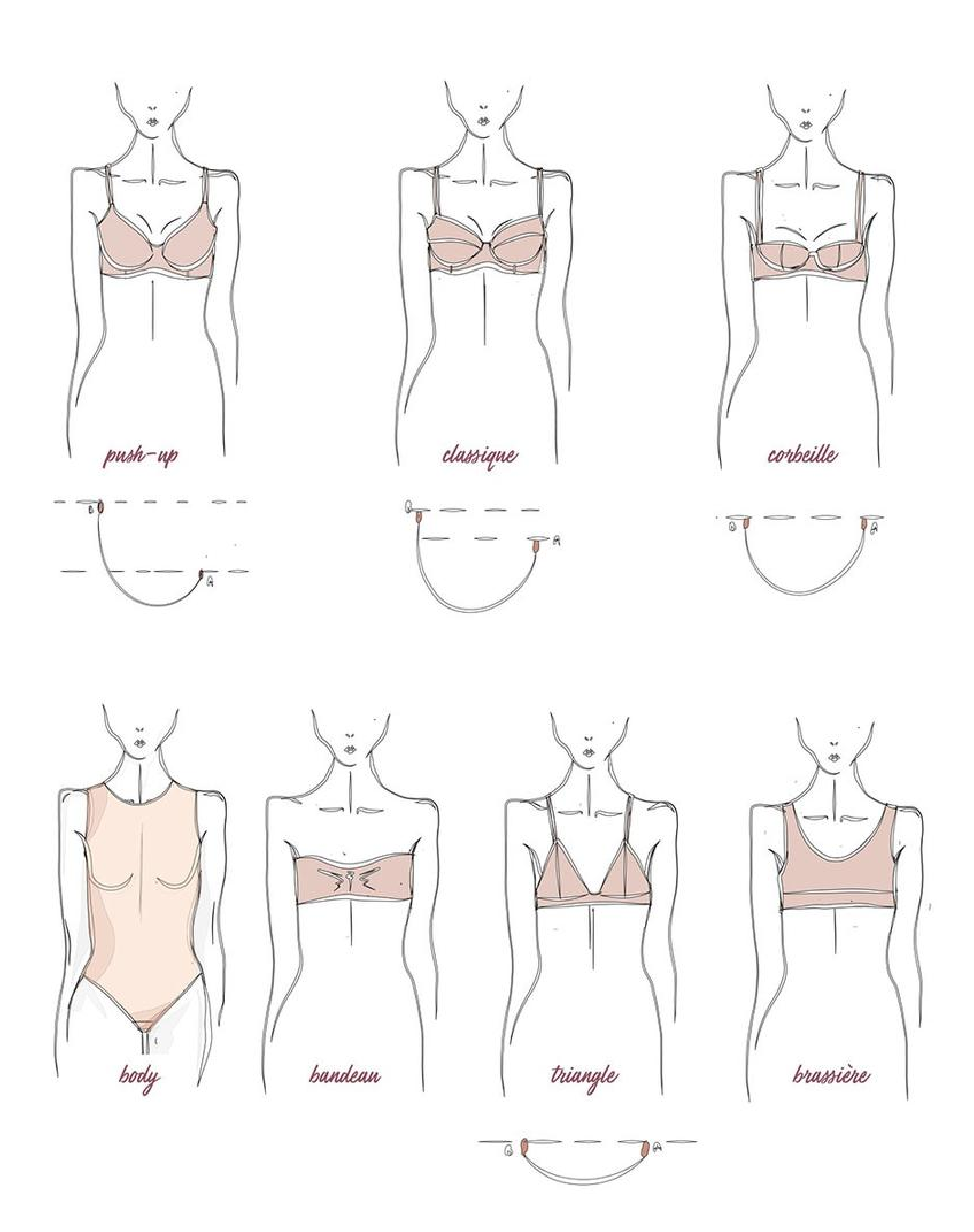
- Le soutien-gorge d'allaitement.
- Le soutien-gorge balconnet qui ressemble au soutien-gorge corbeille, légèrement plus couvrant.
- La bralette.

Il existe différents soutiens-gorge avec ou sans armature, avec des formes, un maintien, un style différents. Chaque soutien-gorge a son armature. L'armature va définir la forme du bonnet et du soutien-gorge.



Faites attention que les armatures soient bien pour soutien-gorge classique (voir illustration). Les armatures varient en fonction de la forme et du style du soutien-gorge mais sont adaptées à votre taille. Si vous ne trouvez pas d'armature classique, prenez une paire une à deux tailles au-dessus. Munissez-vous d'une paire de lunettes de protection et coupez à la bonne dimension à l'aide d'une pince coupante. Protégez le bout coupé par un embout de protection ou du sparadrap.

> À titre indicatif les armatures sont mesurées selon les tailles : 80 : 18 cm, 85 : 20 cm, 90 : 21 cm, 95 : 22 cm, 100 : 23 cm. Ces valeurs peuvent varier selon les modèles.


push-up
classique
corbeille
body
bandeau
triangle
brassière



Il est assez difficile de bien connaître sa taille de soutien-gorge ou de culotte. Tout dépend de l'élasticité de la matière, de la coupe, de notre morphologie... et c'est normal car chaque corps, chaque être humain est différent.

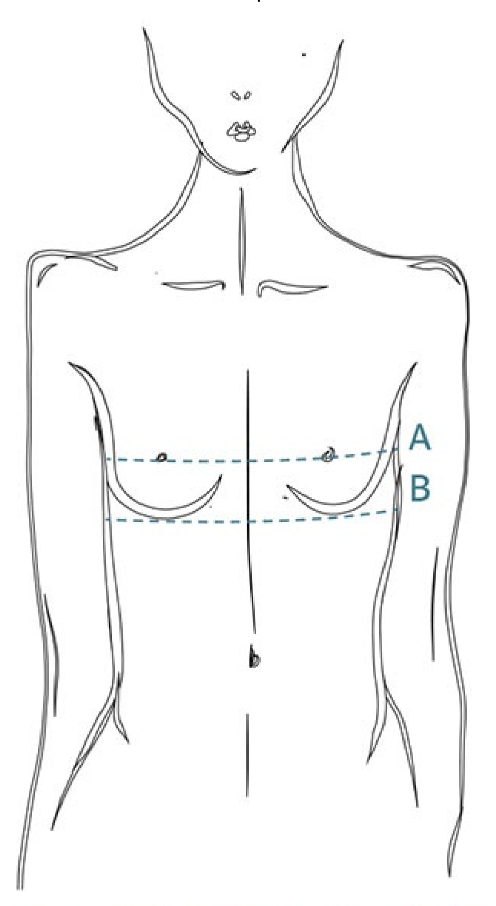
Pour tous les modèles de lingerie que vous souhaitez réaliser, je vous conseille de réaliser tout d'abord une « toile », un prototype, dans les matières que vous avez choisies.

Le tableau ci-contre vous indique les mesures pour chaque taille, mais attention à ne pas se focaliser là-dessus : tout dépendra des matières sélectionnées. Si le tissu est trop « mou », dans l'élasticité, vous allez pouvoir prendre la taille en dessous. Si, au contraire, le tissu a une forte résistance, dit « strong », prenez la taille au-dessus.

Pour calculer votre bonnet, mesurez A (tour du saillant de poitrine) et B (tour de sous-poitrine). Calculez ensuite A - B. Selon la différence, voici le bonnet.

> Si la taille annoncée dans le tableau ne correspond pas à ce que vous prenez, pas de panique ! Prenez votre taille habituelle du commerce, réalisez votre prototype. Vous pourrez l'ajuster par la suite en fonction de votre morphologie et des matières choisies.

Bonnet A : différence d'environ 13 cm.
Bonnet B : différence d'environ 15 cm.
Bonnet C : différence d'environ 17 cm.
Bonnet D : différence d'environ 19 cm.
Un soutien gorge dit 90B = environ 90 cm de tour du saillant de poitrine + B la taille du bonnet.



A : tour du saillant de poitrine
B : tour de sous-poitrine

TABLEAU DE MESURE SOUTIEN-GORGE AVEC OU SANS ARMATURE

	SOUTIEN-GORGE	MESURE DU TOUR DE SOUS POITRINE EN CM	MESURE DU TOUR DU SAILLANT DE POITRINE BONNET A	MESURE DU TOUR DU SAILLANT DE POITRINE BONNET B	MESURE DU TOUR DU SAILLANT DE POITRINE BONNET C	MESURE DU TOUR DU SAILLANT DE POITRINE BONNET D
XS	80	63/68	77/79	79/81	81/83	83/85
S	85	68/72	82/84	84/86	86/88	88/90
	90	73/77	87/89	89/91	91/93	93/95
M	95	78/82	92/94	94/96	96/98	98/100
L	100	83/87	97/99	99/100	101/103	103/105

TABLEAU DE MESURE POUR LES BAS

MESURES	34	36	38	40	42	44
CORRESPONDANCE	XS	S	S/M	M	L	XL
TOUR DE TAILLE	60	64	68	72	76	80
TOUR DE PETITES HANCHES	77	81	85	89	93	97



AJOUTER LES VALEURS DE COUTURE

Les patrons de ce livre, comme souvent pour les patrons de lingerie, ne contiennent pas de valeurs de coutures car elles dépendent de la finition choisie.

Le surjet : familiale ou surjeteuse

Lorsque vous surjetez ou finissez au point zigzag, les marges de couture à ajouter dépendent de votre machine :

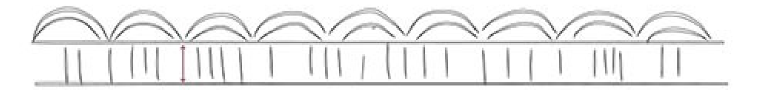
- Familiale point surjet : 1 cm.
- Surjeteuse 4 fils : 0,6 cm.
- Surjeteuse 3 fils : 0,4 cm.

Si vous n'avez pas ces points, vous pouvez réaliser vos coutures avec un point zigzag assez serré et un peu large.

Prévoyez toujours quelques millimètres de plus pour raser avec le couteau de la surjeteuse.

L'élastique

Lorsque la finition se réalise avec un élastique, la valeur change en fonction de celui-ci. Si vous mettez un passepoil élastique où un biais élastique, les valeurs de coutures ne seront pas les mêmes. Pour ajouter les marges de couture, il suffit de mesurer votre élastique, sans la partie « fantaisie » ou avec picots. Attention, l'élastique contient un envers et un endroit à prendre en compte lors de cette mesure.



Mesurez votre élastique sans les picots.

Les patrons sont conçus pour un tissu stretch avec élasthanne, ils ont déjà subi une certaine réduction pour s'adapter au mieux aux différentes matières. Normalement, sur un patron de lingerie, chaque modèle est conçu pour un tissu. En fonction du tissu et du pourcentage d'élasticité, on procède à une réduction du patron spécifique à celui-ci.

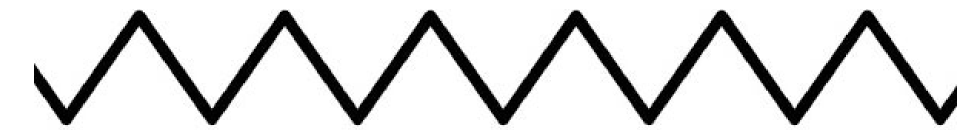
Quand vous découperez votre tissu, il faudra faire attention à l'élasticité de celui-ci. Il faudra que le sens d'élasticité le plus fort sur une culotte soit à l'horizontale pour faciliter l'enfilage. Il en sera de même pour le dos d'un soutien-gorge. Pour un body sans couture à la taille, nous allons privilégier la verticale. Le mieux sera d'avoir un tissu extensible dans les deux sens, un tissu bi-extensible.





En lingerie les points utilisés sont dits « stretch » pour que les tissus et la lingerie épousent au mieux le corps. Pour que la couture ne casse pas, les points utilisés permettent une certaine extensibilité de la matière au niveau de la couture.

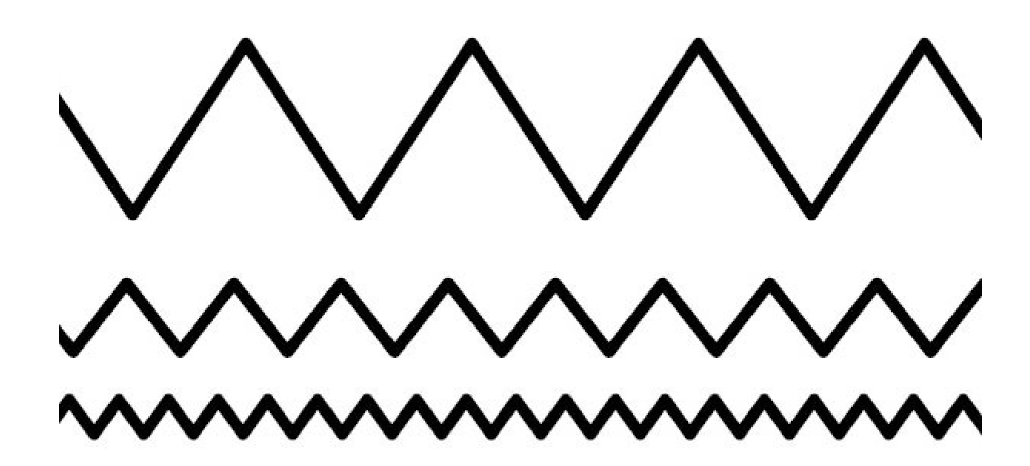




Le point zigzag dit ZZ.

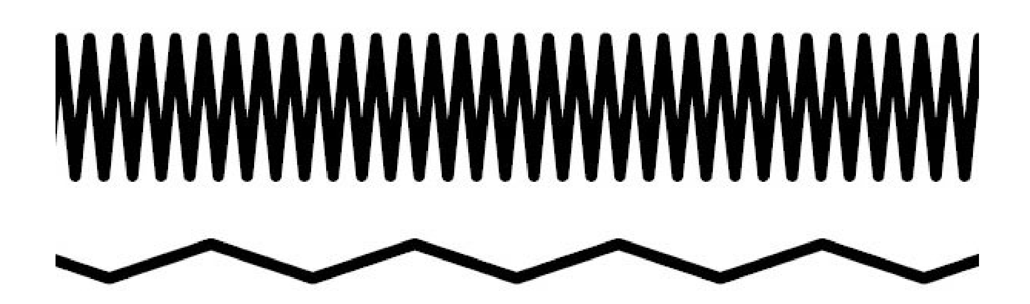
Il existe d'autres points stretch en fonction des machines, mais celui-ci est un indispensable à la fois pour la lingerie et le maillot de bain. En effet, lorsque la lingerie sera portée le point droit fera casser la couture car elle ne pourra pas suivre le mouvement, l'extension du tissu.





Le point zigzag est utilisé en différentes tailles.





Le point ne doit être ni trop serré ni trop large sinon l'élastique risque de « souffrir », de se détendre et de « dégeuler ».

Le tissu « souffre » ou « dégeule » signifie que, si jamais on tire trop sur le tissu ou l'élastique, on risque de casser ou d'abîmer les fibres. Le tissu ou l'élastique perdent de l'élasticité et reviennent plus difficilement en place après une extension.





Nous allons utiliser le point zigzag en trois points ou triple. Nous utilisons ce point lorsque la couture devient visible sur le modèle. Il apporte un esprit « luxe » ou lingerie dans le maillot de bain par exemple où il est très utilisé.



Nous pouvons utiliser différentes tailles du point zigzag en trois points.

Lorsque vous utilisez le zigzag en trois points, attention à le faire assez large afin de bien voir les trois points dans chaque diagonale.

Point bourdon

Le point bourdon est un point zigzag très serré, créant un peu de relief qui permet de renforcer des zones de tension.

Pour ajouter les valeurs de couture, il faut savoir si vous allez surjeter en trois ou quatre fils.

Pour quatre fils, ajoutez 0,8 cm. Pour trois fils, ajoutez 0,6 cm. En plus de cette valeur de couture, j'ajoute toujours 0,2 cm afin d'utiliser systématiquement le couteau et d'avoir une couture bien propre.

Sur une machine familiale, je vous conseille d'ajouter entre 1 cm et 1,5 cm de valeur de couture car il faudra ensuite raser manuellement aux ciseaux l'excédent de tissu.

Voir vidéo





LES COUTURES SURJETS

La couture surjet permet de joindre deux morceaux ensemble en gardant l'élasticité du tissu. Elle est le plus souvent réalisée avec une surjeteuse à trois ou quatre fils. Elle peut aussi être réalisée à la machine familiale si vous avez un point surjet ou un point stretch.

Avec une surjeteuse

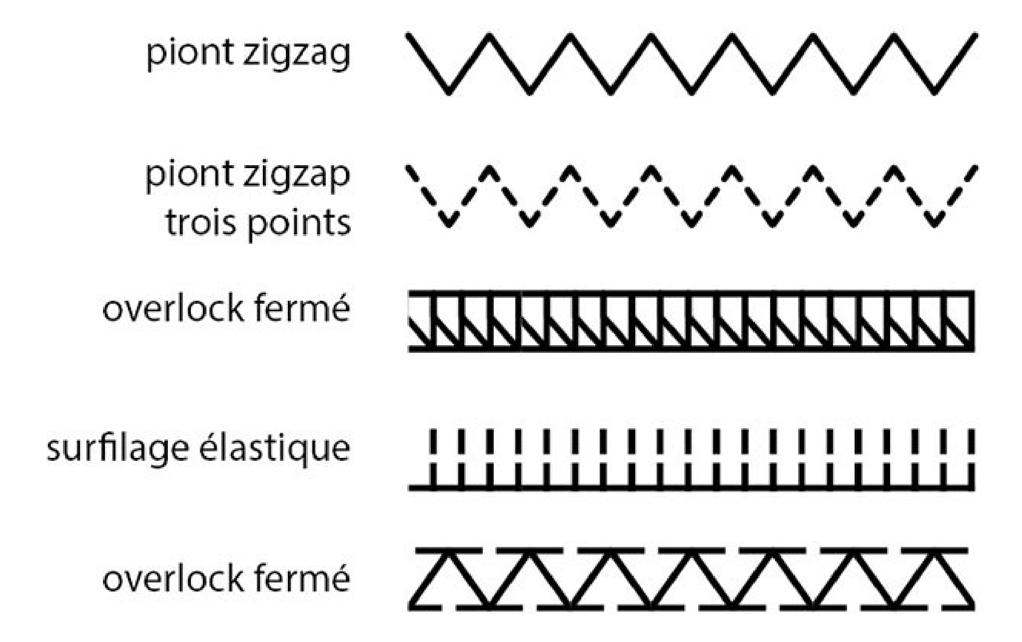


1



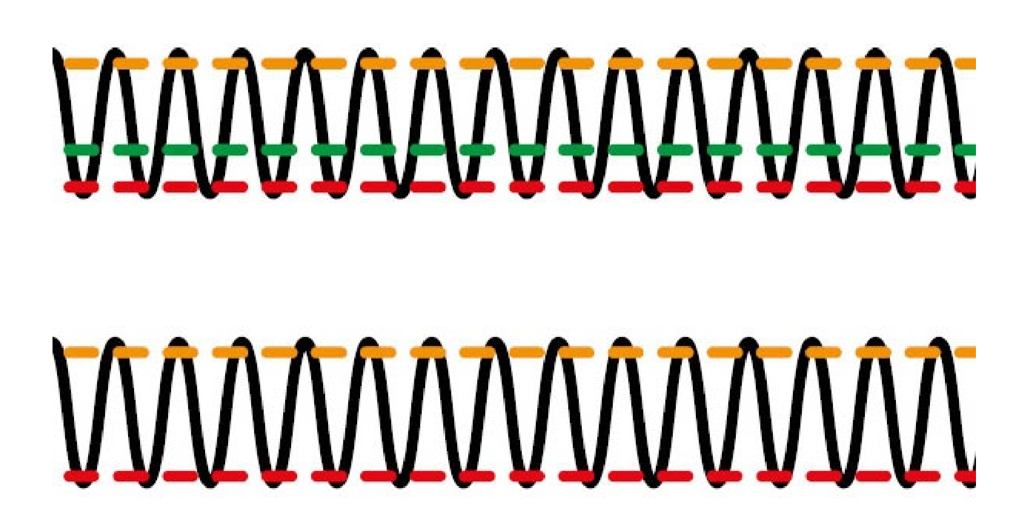
Réalisez un surjet en quatre fils, pour une meilleure résistance et solidité, surtout pour le maillot de bain. Utilisez le couteau pour enlever toutes les aspérités.

2



Réalisez un surjet en trois fils, pour un effet plus subtil, plus léger, que vous pouvez utiliser sur les tissus très fins. Utilisez le couteau pour enlever toutes les aspérités.



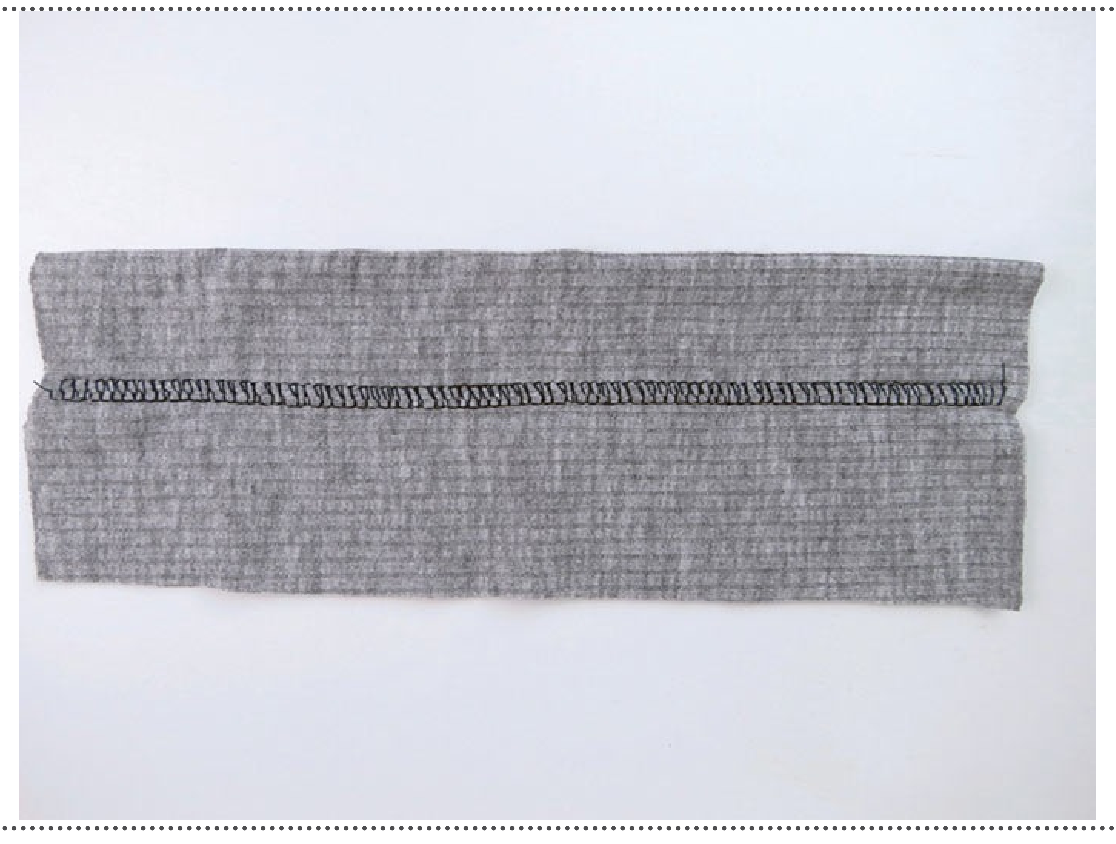


Si vous n’avez pas de surjeteuse ni de machine familiale qui vous permette de faire un point surjet, je vous propose de tout coudre en point zigzag.

Utilisez un point zigzag assez serré, pour éviter les trous au moment de l’ouverture du tissu.

Avec une machine familiale





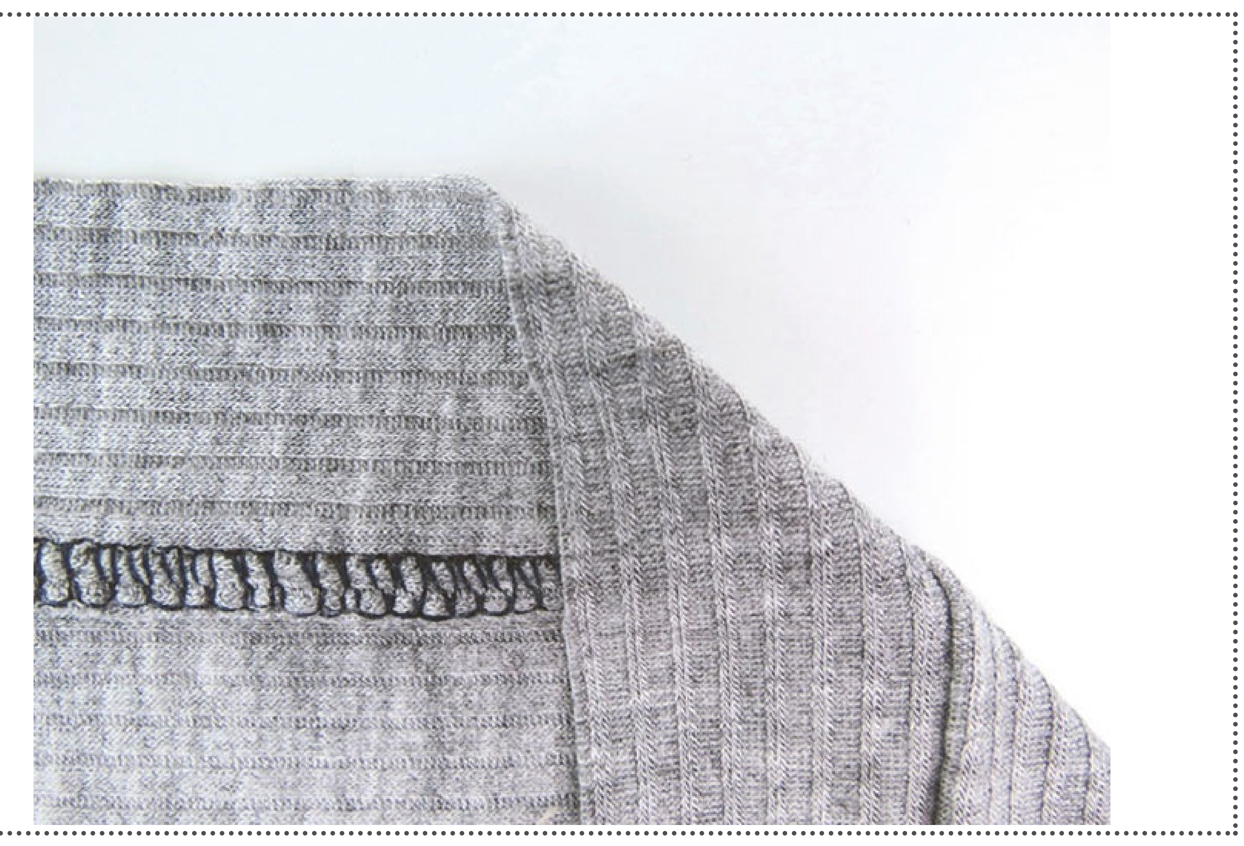
Voici une couture avec le point surjet ou le point stretch qui gardera une certaine élasticité. La machine familiale sera plus lente pour effectuer la couture car elle n'a qu'une aiguille et un boucleur alors qu'une surjeteuse a deux boucleurs et deux aiguilles.





Une fois la couture faite, coupez et rasez avec un petit ciseau le reste de tissu.

3



Une fois l’étape 2 réalisée, votre surjet est bon.

COUDRE UN ÉLASTIQUE PLAT EN INTERNE

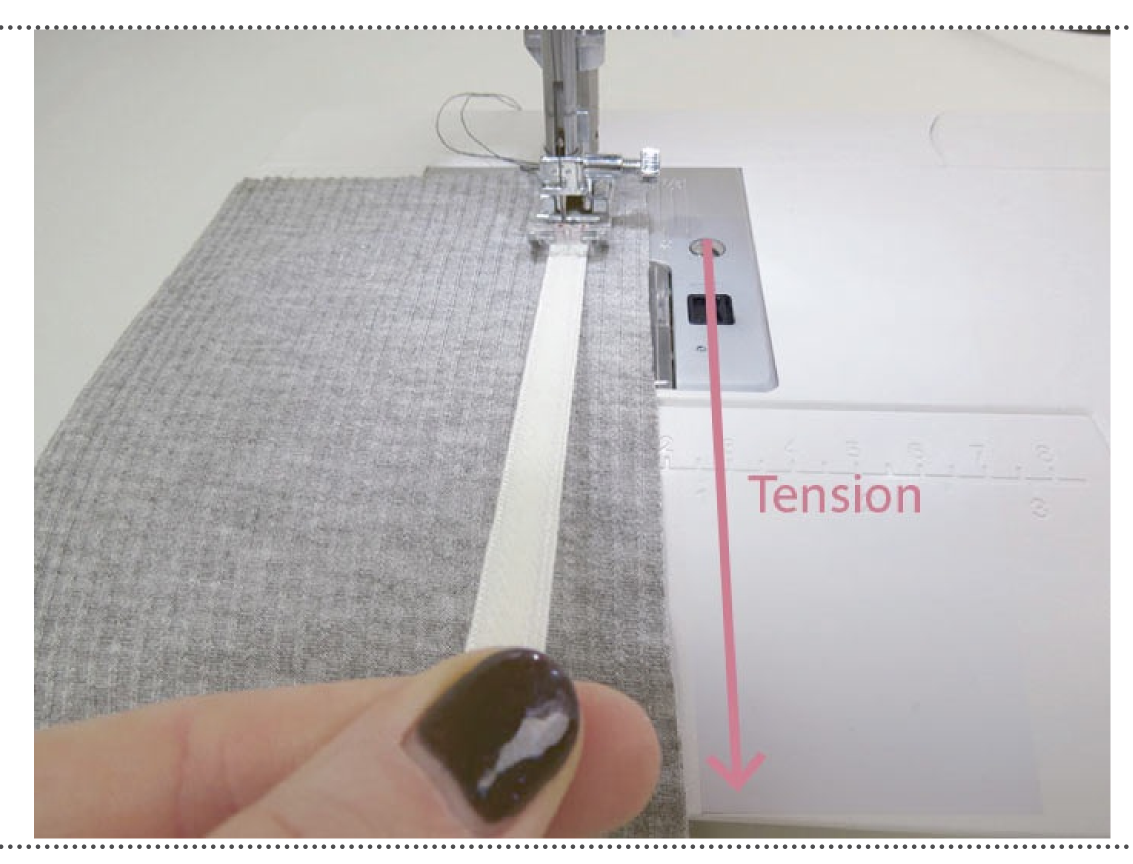
L'élastique interne est un petit élastique assez fin qui se retrouve dans toutes les petites culottes. Il s'appelle aussi « élastique plat », il est le plus souvent tricoté. Il n'est pas évident à trouver en magasin, je vous propose donc de prendre un élastique simple, de 0,5 cm de large, sans bordure et ayant un aspect duveteux pour un meilleur confort. Le plus souvent ce genre d'élastique est tissé et aura un meilleur maintien dans le temps. En lingerie le plus difficile est de gérer la tension de l'élastique, entraînez-vous avant de passer au premier modèle.





Posez l'élastique plat sur l'envers du tissu, donc envers de l'élastique contre envers du tissu.

2



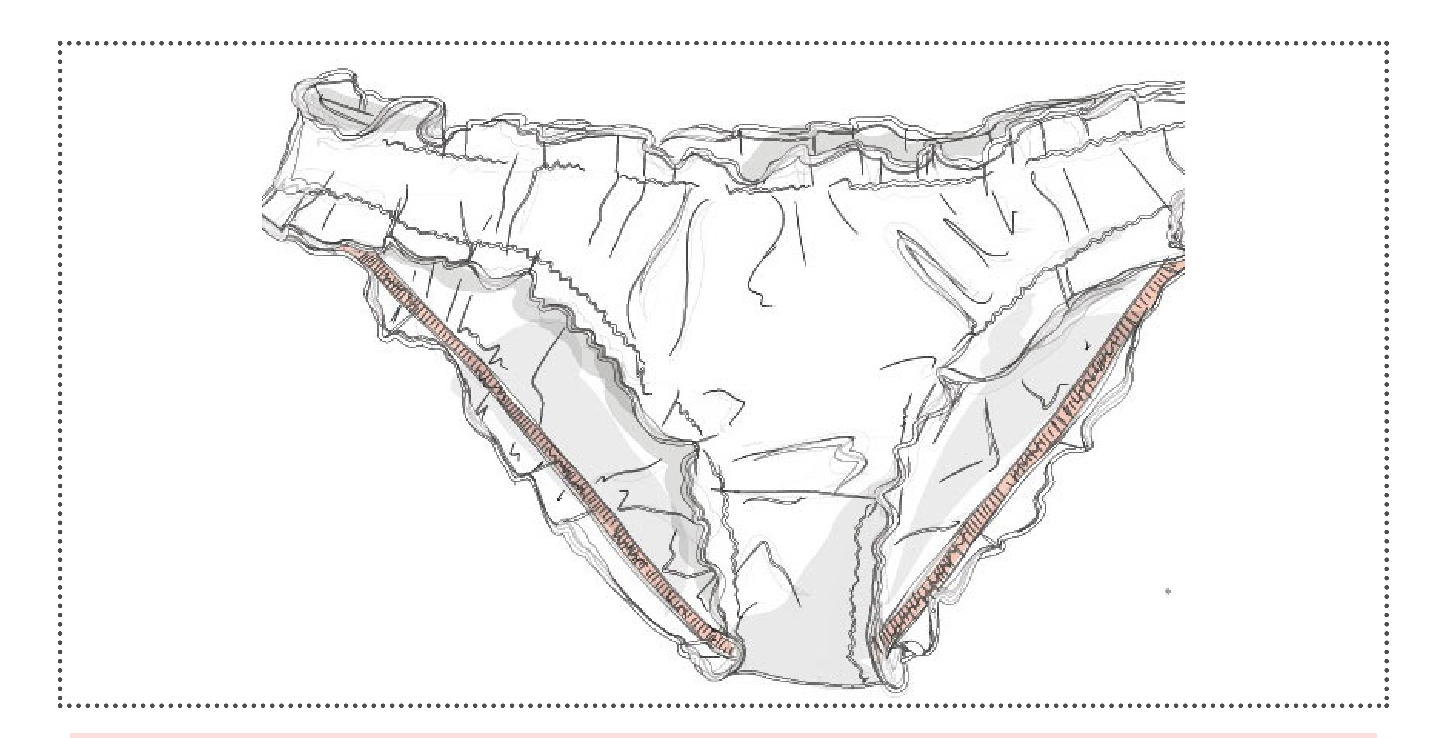
Effectuez une légère tension, mais attention ; plus vous tirez plus le tissu est « ramassé » et devient plus petit avec beaucoup d'élasticité. Si vous ne tirez pas assez, votre élastique ne jouera pas son rôle et peut même « dégeuler » ou gondoler, c'est-à-dire que vos élastiques et tissus sont détendus.





Effectuez *une couture zigzag*.

On retrouve souvent cette pose d'élastique sur les culottes à volants avec une fine bordure en petit point bourdon.



Dans ce livre, toutes les mesures données pour les élastiques sont « approximatives », elles peuvent varier d'un élastique à un autre (car ils n'ont pas la même élasticité) d'un tour de cuisse à un autre (car deux 38 n'ont pas exactement le même tour de cuisse), d'une sensation porté à une autre (car chacune d'entre vous aime porter plus ou moins serré sa lingerie).

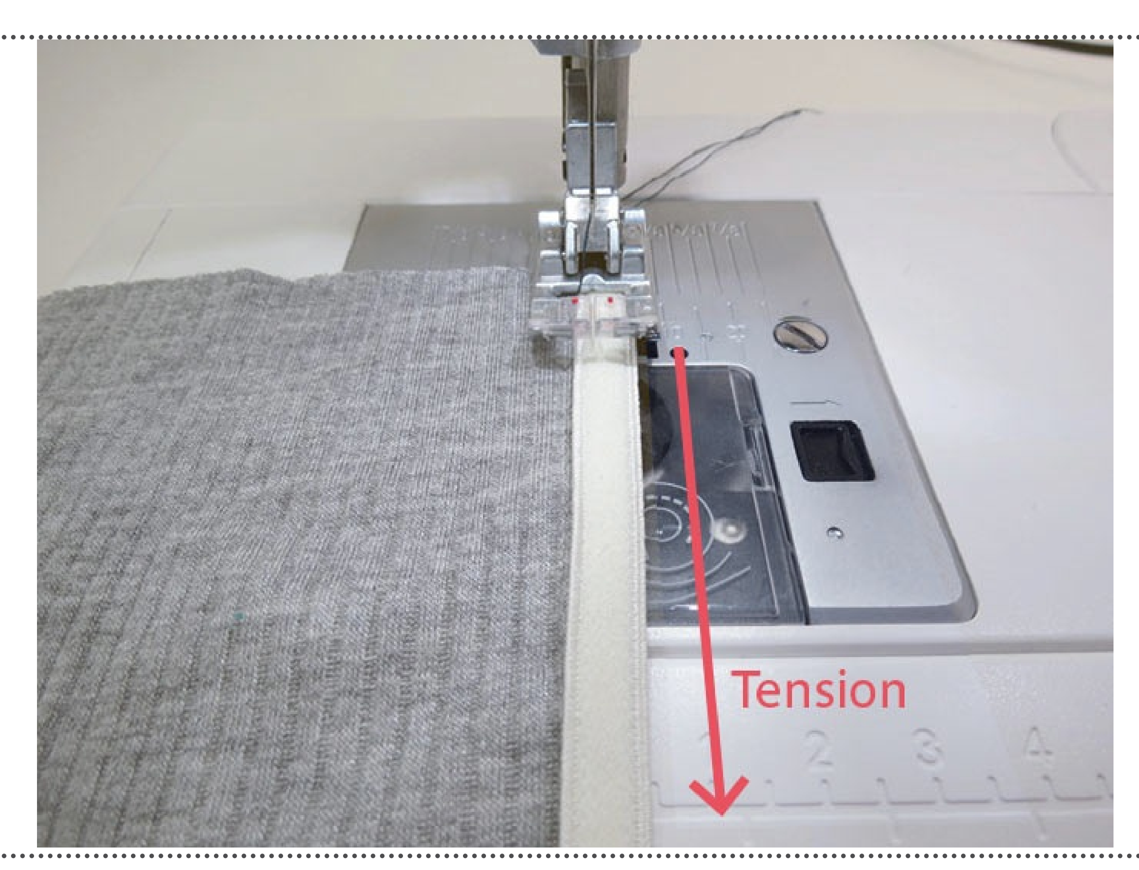
Voir vidéo



COUDRE UN ÉLASTIQUE SIMPLE OU SANS BORDURE

La pose d'élastique simple sans bordure n'est pas compliquée, elle se réalise en deux étapes. Le plus important dans cette couture est la régularité du point zigzag et l'homogénéité dans la tension de l'élastique.

1



Posez votre élastique envers contre l'endroit du tissu, au bord de votre tissu.

2



Effectuez une première couture zigzag au bord de votre élastique, vers l'intérieur de votre tissu. Cette piqûre est déterminante pour la régularité de la finition. Apportez une tension constante et régulière sur l'élastique. Attention, on ne tire jamais son tissu par l'arrière !





Rabattez votre élastique vers l'intérieur, sur l'envers du tissu.

4



Effectuez une deuxième piqûre zigzag de l’autre côté, celle-ci se verra sur l’endroit du tissu. Quand vous effectuez la deuxième couture, tendez votre tissu pour qu’il soit bien à plat, sans fronce. Pour cela une tension moins forte que la première fois sera suffisante.



5



Positionnez ainsi vos mains sur la machine lors des précédentes étapes.

COUDRE UN ÉLASTIQUE AVEC PICOTS

Il existe de nombreux élastiques avec picots. Ces petits élastiques viennent souligner les coutures de vos ensembles de lingerie. Ils peuvent être très sobres, très fins où alors très fantaisie et plus larges. Amusez-vous ! La pose d’élastique avec picots se fait de la même manière que celle de l’élastique simple ou sans bordure. Cependant, pour voir les picots, il faut être régulière dans son point zigzag.

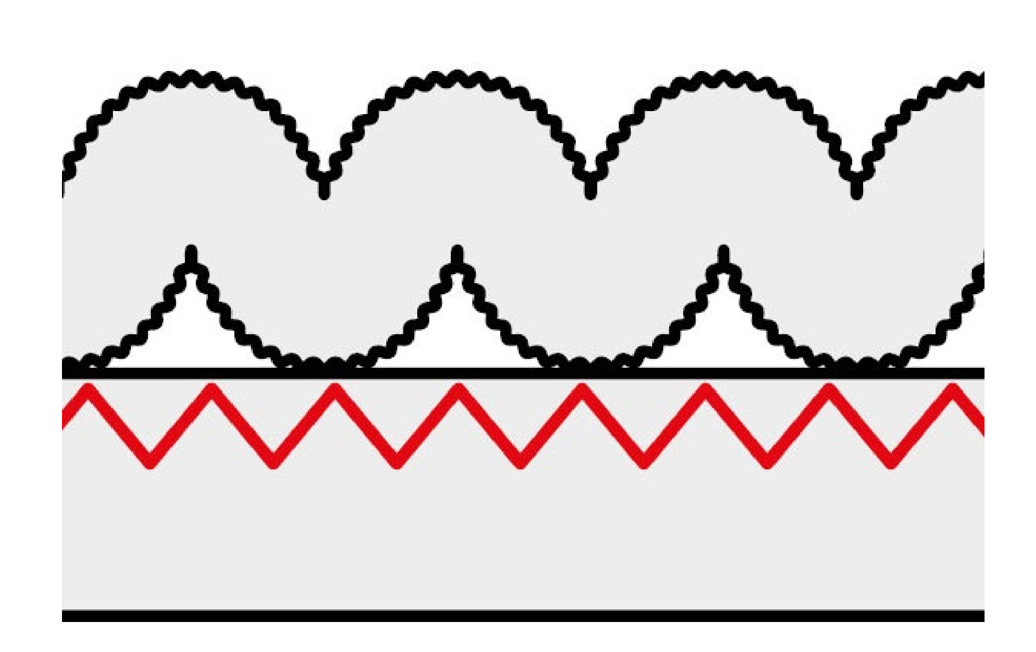




Prenez votre tissu et votre élastique, endroit contre endroit. Faites bien attention, les élastiques ont un envers et un endroit !

2

Effectuez une première couture zigzag, ici en rouge, au bord de l’élastique avec picots. Ne dépassez pas le bord de l’élastique sinon des parties du picot seront prises dans la couture au moment de retourner.



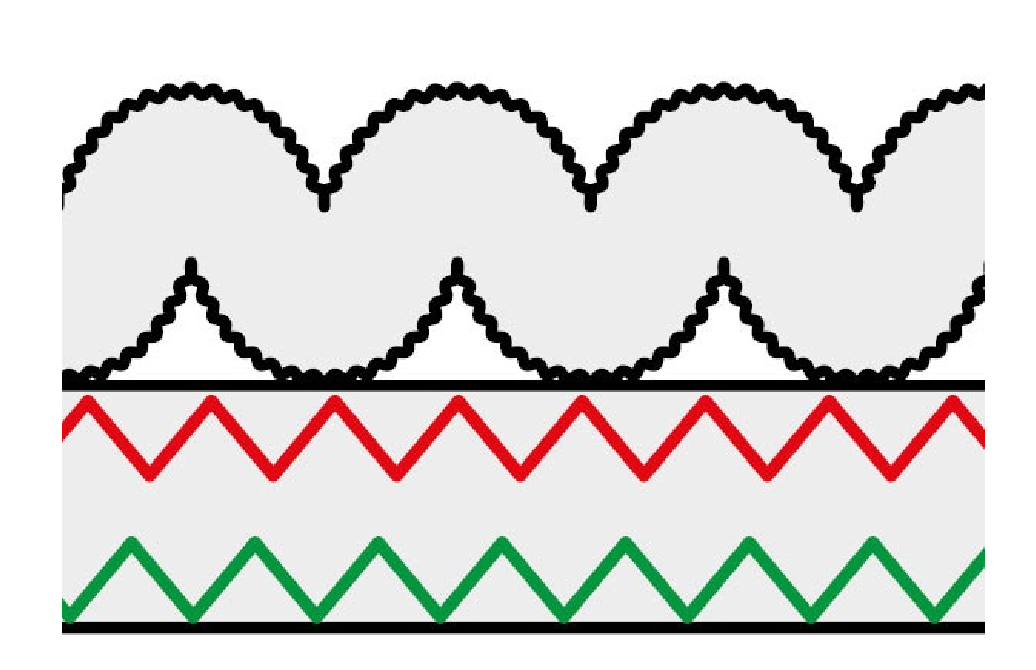




Rabattez l’élastique sur l’envers du tissu puis piquez. Reportez-vous au schéma 4 pour l’emplacement de la couture.



Effectuez une deuxième couture zigzag simple ou en trois points, en vert sur le schéma, en bas de l'élastique, à l'inverse du premier zigzag.







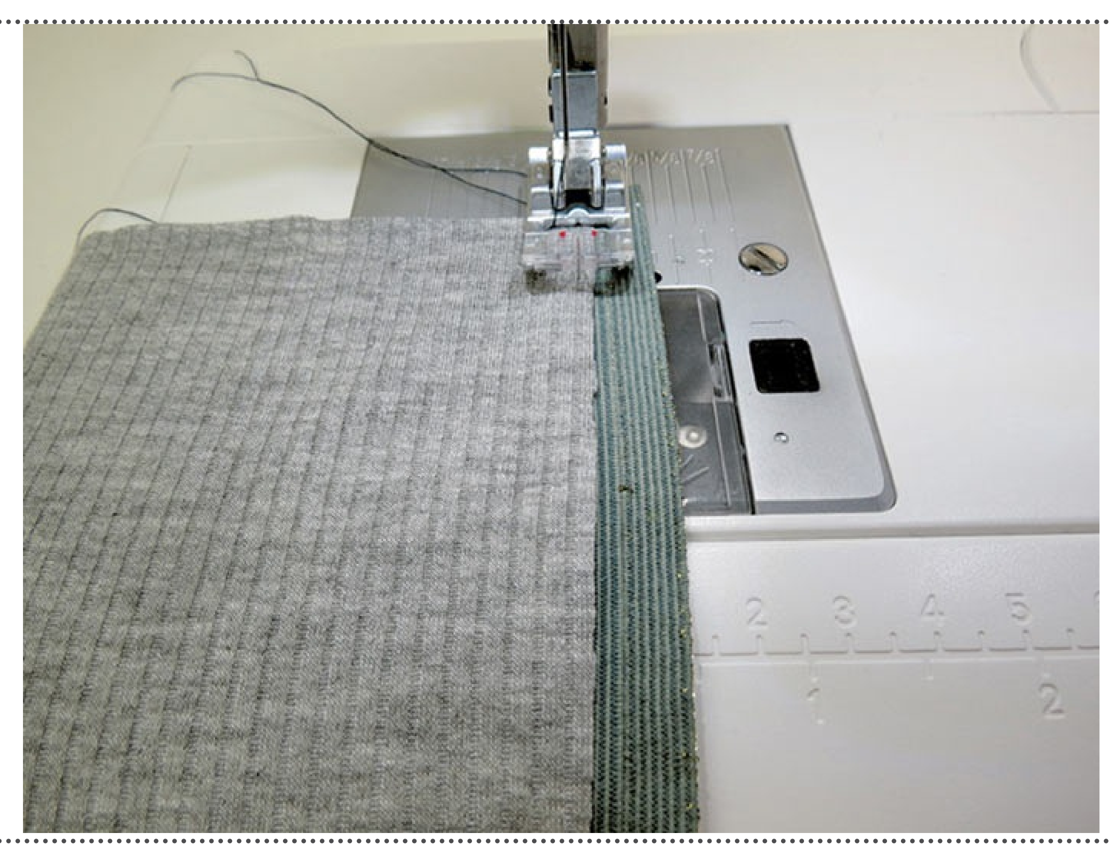
Soyez régulière car ce deuxième point zigzag est visible sur le devant de votre tissu.

Dans la plupart des cas, l’endroit de l’élastique est le côté duveteux quand il y en a un ou le coté le plus « esthétique ». N’hésitez pas à utiliser l’envers si vous le trouvez plus esthétique, cela ne changera rien au porté de votre pièce.

COUDRE UN BIAIS ÉLASTIQUE

Un biais élastique est un élastique qui mesure généralement entre 1,5 cm et 2 cm, avec une fine rainure au milieu, qui permet de le plier sur lui-même. Le plus souvent il a un côté mat et un côté brillant ou satiné. Le côté mat est l'endroit du biais et le côté brillant ou satiné l'envers du biais. Vous pouvez le coudre comme vous le souhaitez, tout dépend du style que vous désirez donner à votre lingerie.





Placez votre biais envers contre envers du tissu en alignant le bord du tissu avec la rainure de votre biais.





Effectuez une couture en point zigzag à 1 mm de la rainure sans jamais la dépasser, sinon votre point se verra au moment de le replier.





Pliez votre biais élastique sur lui même, effectuez une deuxième couture en point zigzag simple ou en trois points au bas de votre biais, à l’inverse de la première couture.





Sur la photo, nous avons utilisé des fils contrastés. Pour une jolie finition, il vous suffit de prendre la couleur de votre biais sur votre fil de canette pour la première couture et d'utiliser le même fil de canette pour la deuxième couture, en changeant votre bobine pour un fil de la même couleur que votre biais plié.

Ce biais élastique s'utilise comme un biais en chaîne et trame, il permet de finir un vêtement. En lingerie, il est souvent utilisé pour le tour de cuisse, le tour de taille ou même en bordure d'un soutien-gorge triangle. Vous pouvez aussi l'utiliser en bretelle si vous le souhaitez ; mais attention, ils sont en général trop mous et si vous avez une poitrine un peu généreuse, le maintien ne sera pas suffisant.

LES JONCTIONS DES ÉLASTIQUES

La jonction des élastiques est très importante, elle permet à l'élastique de « bien faire son travail ».





Sur le tour de cuisse, lors de la première piqûre en point zigzag simple, superposez les deux bords de l'élastique de 0,5 cm ou 0,8 cm au minimum.

Si vous les superposez sur une partie plus courte, vous risquez qu'à la première tension, l'élastique se décroche. Il ne remplira plus pleinement son rôle car un écart se sera formé.

2



Avec un élastique à picots, pour réussir une belle jonction avec superposition, superposez bien picot sur picot. Avec cette superposition lors de la deuxième piqûre en point zigzag, nous ne verrons qu'un seul picot.





Sur cette photo vous pouvez voir la superposition parfaite entre les deux bouts de l'élastique avec picots. Au niveau de la taille, pour ne pas utiliser le petit nœud de la grande distribution, je vous conseille de commencer vos poses d'élastiques au niveau des coutures de côté.

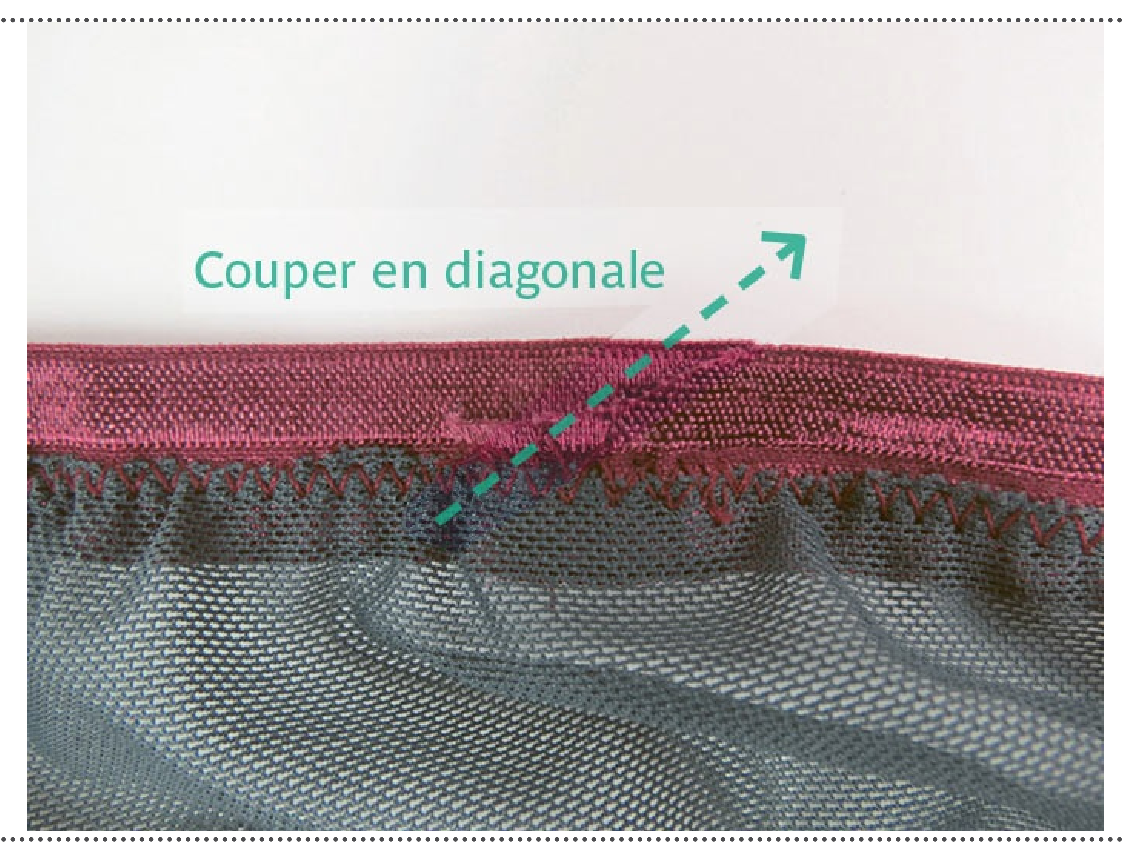
4



La jonction du biais élastique est un peu plus complexe à effectuer. La superposition se fait forcément moins bien qu'avec un élastique avec picots ou un passepoil élastique car un léger décalage sera inévitable. Je vous conseille de le poser en deux fois *comme ici*, avec une première piqûre zigzag simple.

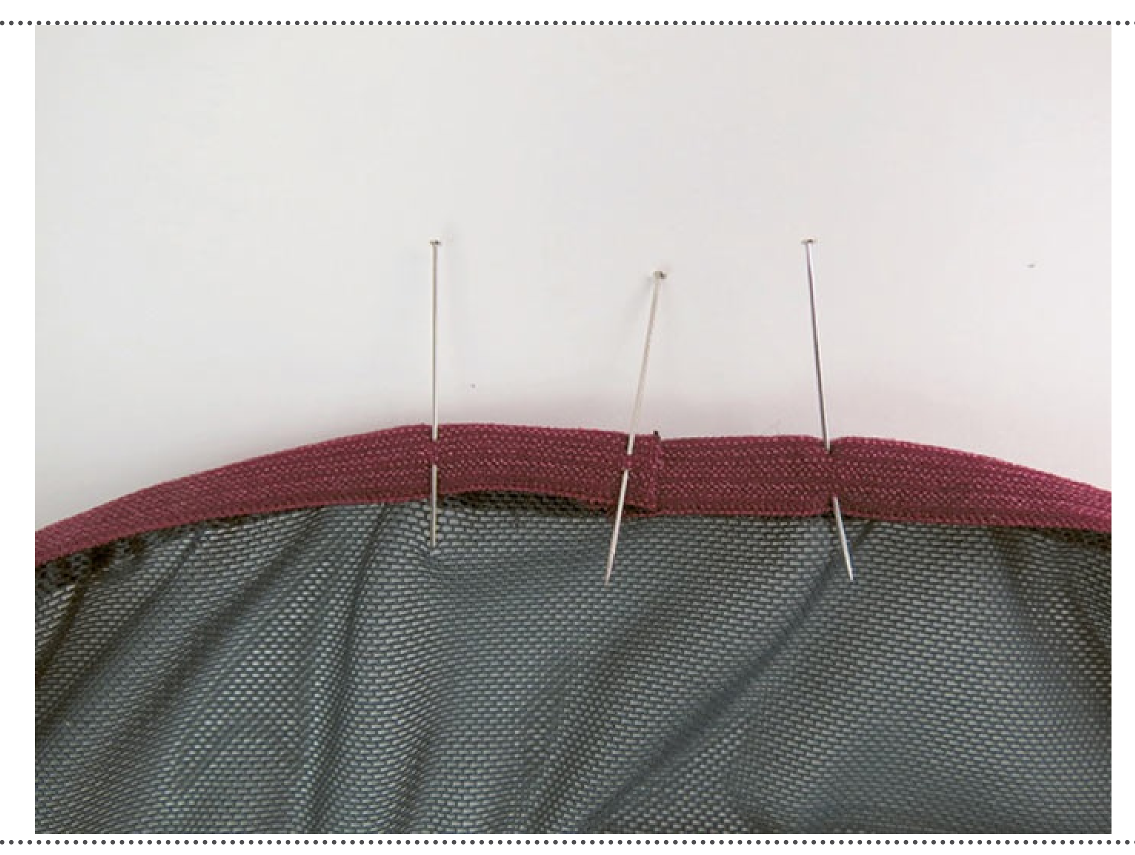


5



Coupez en diagonale le biais élastique, attention de ne pas le couper trop court, la superposition de 0,8 cm doit bien être présente. Normalement un élastique ne se coupe jamais à l'horizontale, mais toujours à la verticale. Cette méthode n'est pas très orthodoxe mais elle fonctionne !





Pliez et épinglez le biais avant de réaliser la couture zigzag simple ou en trois points tout autour.

Souvent dans le commerce, les culottes ont un petit nœud sur l'avant… Non, ce n'est pas que pour faire joli, c'est aussi pour cacher la jonction entre les deux extrémités des élastiques.

Voir vidéo



LE MONTAGE DU FOND DE CULOTTE

Tous les bas possédent un fond de culotte en jersey de coton qui permet de protéger les parties intimes. Cette petite poche en coton est très importante si vous portez votre culotte "handmade" au quotidien. Les dessous très sexy en ont rarement car ils sont faits pour être portés peu de temps. Il existe différents fonds de culotte aussi appélés FDC (ou encore gousset ou gousset libre en fonction du montage de la culotte). Je vais vous montrer ici le montage du fond de culotte le plus utilisé.





Surjetez le côté le moins large du fond de culotte.

Vous pouvez surjeter en trois fils à la surjeteuse. Utilisez si possible du fil mousse dans les boucleurs. Celui-ci sera positionné sur l’avant de la culotte.

2



Épinglez le fond de culotte endroit contre envers du dos puis endroit du dos contre endroit du devant.



3



Vous pouvez voir qu’il y a trois couches, faites attention qu’elles soient toutes bien épinglées.

4



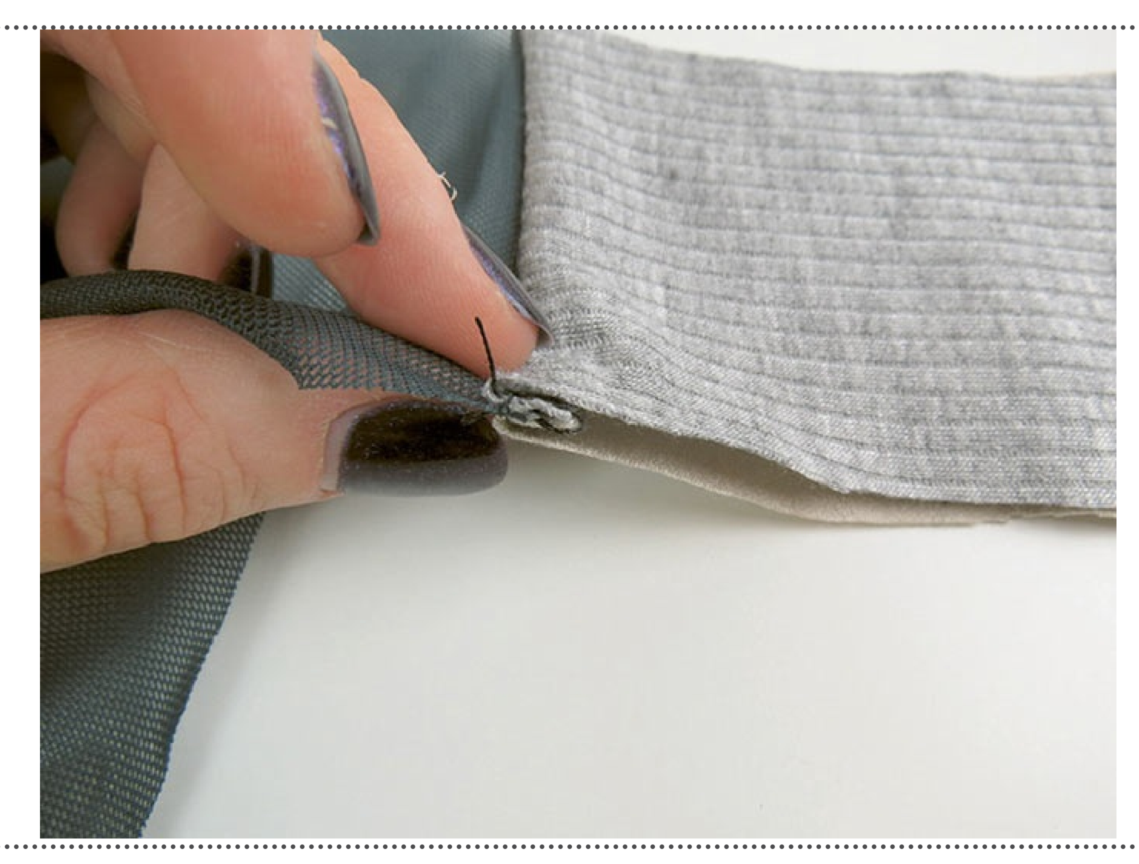
Surjetez. Si vous le souhaitez, vous pouvez bâtir avant.





Rabattez votre fond de culotte sur l’avant.

6



La couture est prise en « sandwich », elle est propre à l'extérieur comme à l'intérieur, aucune gêne n'est donc possible.

Achetez 20 cm de jersey de coton blanc, noir ou beige. En général, sur une laize de 140 cm, vous en aurez bien assez pour réaliser de nombreuses petites culottes !

LE MONTAGE DE L'ATTACHE BODY

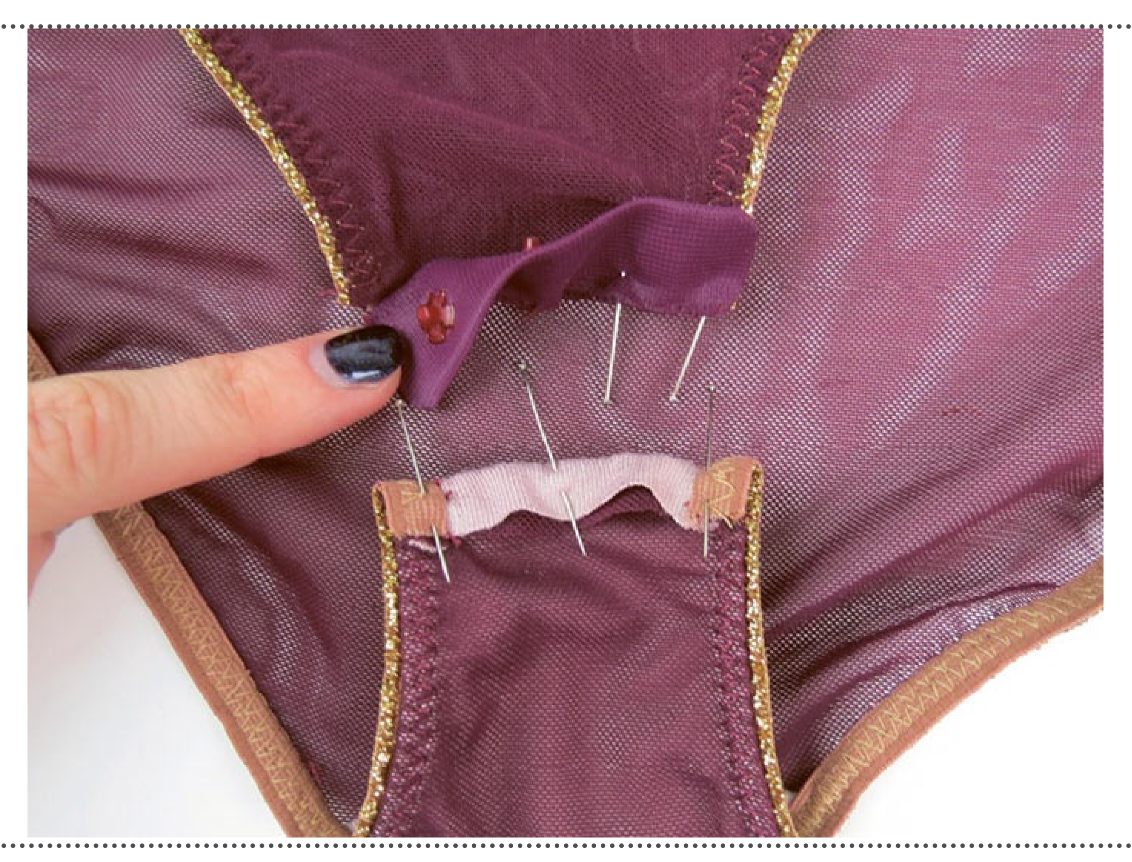
Nous allons voir comment coudre l'attache body au bas de la culotte. Il existe différentes sortes d'attaches body au mètre ou à l'unité. Si vous n'en trouvez pas, vous pouvez utiliser de petites pressions à coudre. L'attache sert à ouvrir plus facilement et rapidement le bas du body. Certaines femmes ne l'aiment pas car elle peut apporter une gêne. Si vous ne souhaitez pas en mettre, montez votre bas de body comme une culotte basique.

1



Préparez préalablement tout le bas, l'attache body se pose en dernier. La partie mâle de l'attache se situera sur le devant et la partie femelle sur le dos. Retournez sur 0,6 cm le dos du body puis épinglez.

2



Épinglez la partie mâle sur le devant, endroit contre endroit. Si votre pied machine ne passe pas, réalisez la même opération que pour la partie femelle.



3



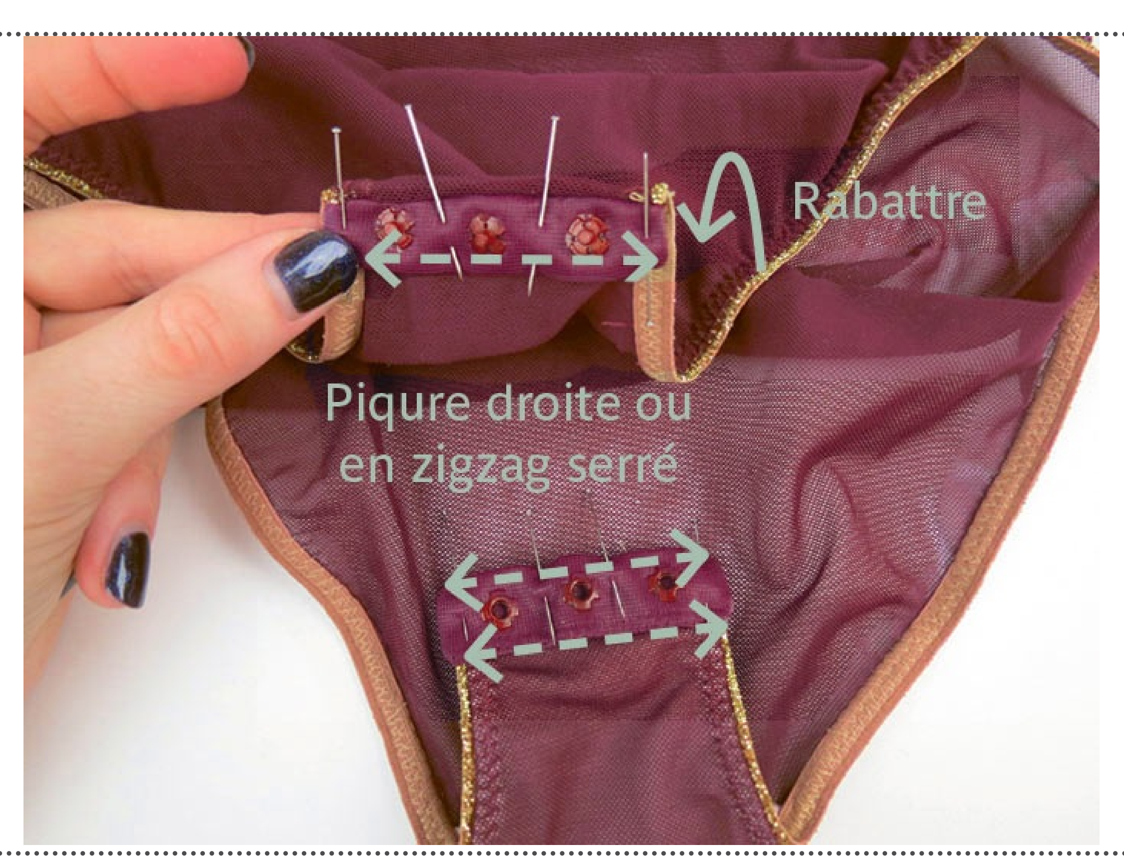
Cousez en point droit au bord, à environ 0,2 cm de l’attache et de la résille.

4



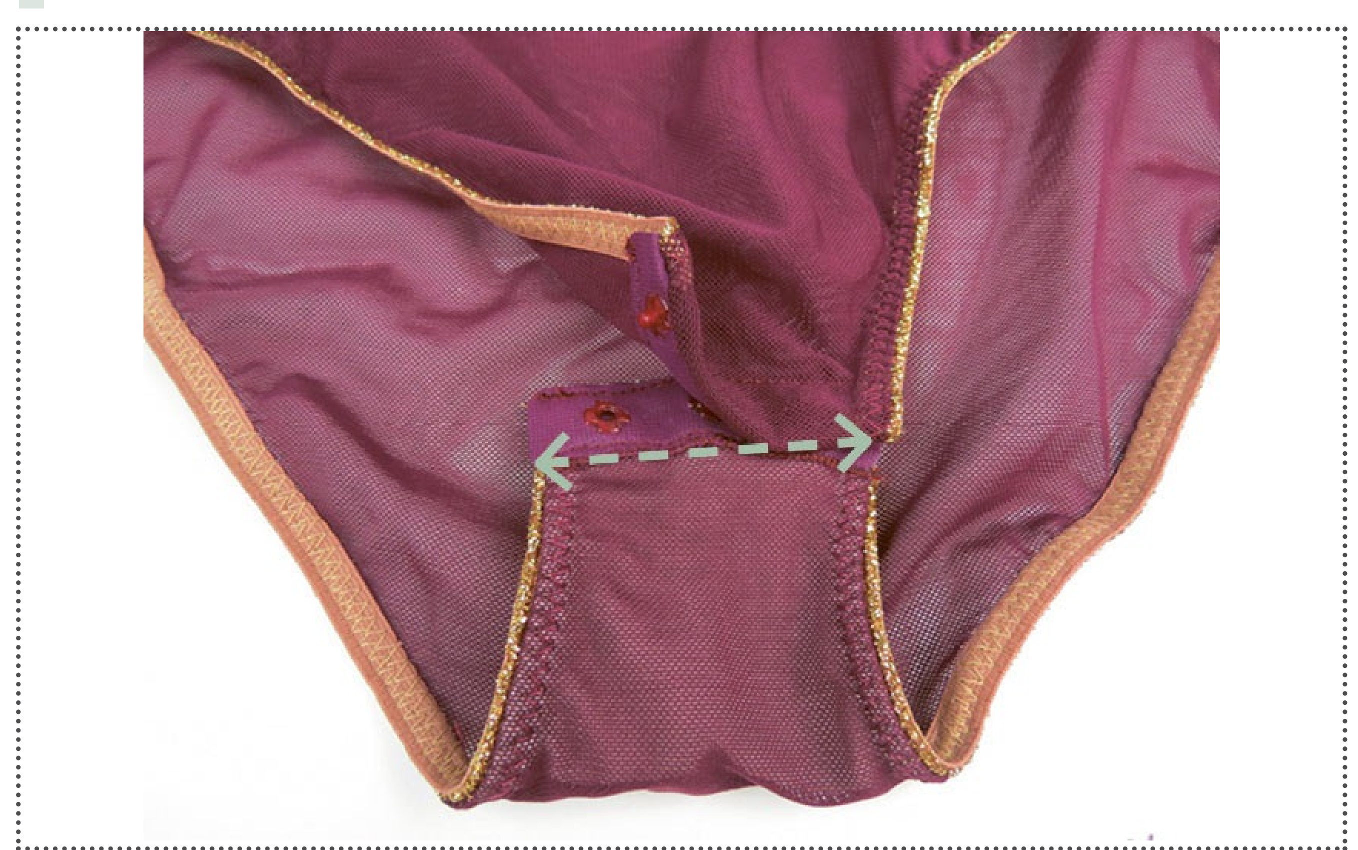
Épinglez la partie femelle sur le dos, envers contre endroit tissu.





Rabattez vers l'intérieur la partie mâle sur le devant. Vous vous retrouvez envers contre envers. Cousez en point droit ou zigzag très serré la partie mâle (voir pointillés sur la photo). Cousez la partie femelle en point droit ou zigzag très serré sur la longueur de l'attache body, de part et d'autre de celle-ci (voir pointillés sur la photo). Vous pouvez coudre à la main au point glissé ou invisible.





Comme c’est une zone de tension, je vous conseille de renforcer vos coutures par un petit point zigzag le long des deux parties.



SANS COUTURE, SANS ÉLASTIQUE

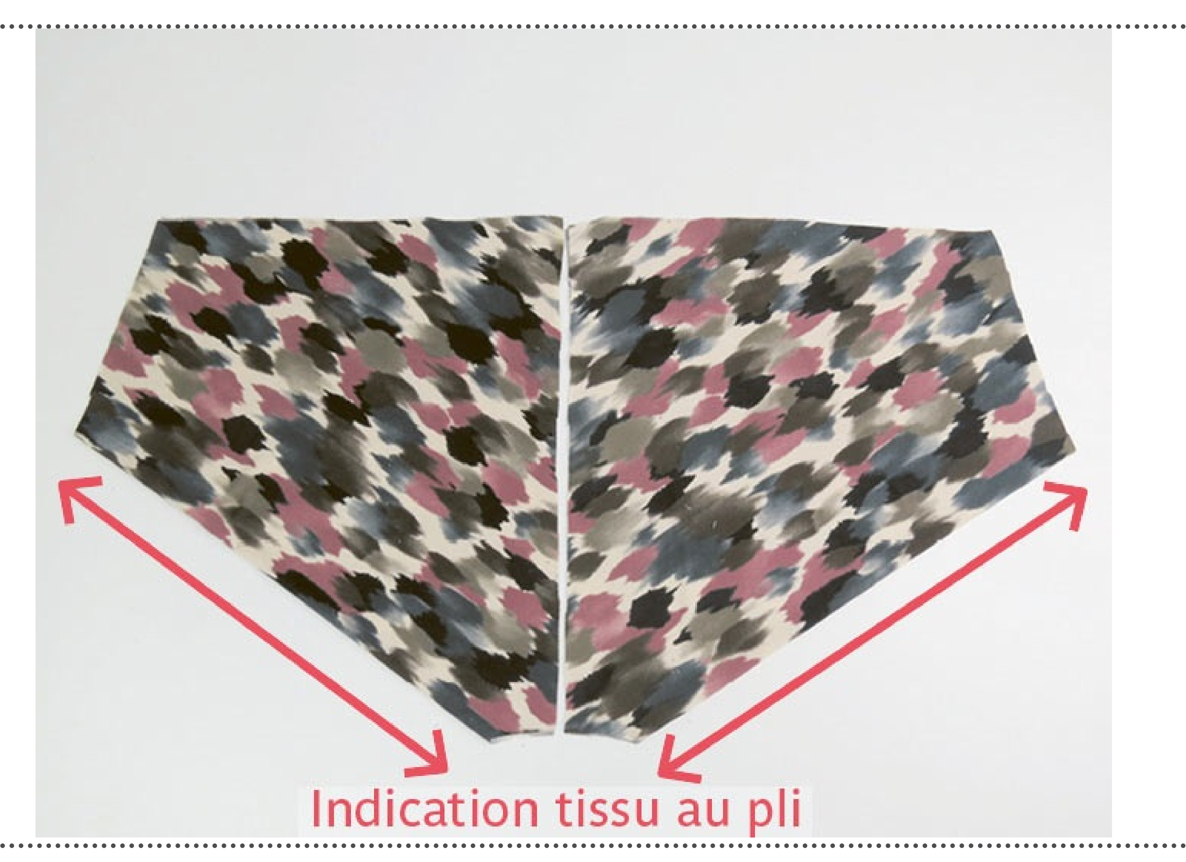
Voici une petite méthode pour créer simplement une fausse découpe « laser » et avoir la sensation de ne rien porter au niveau des fesses !

1



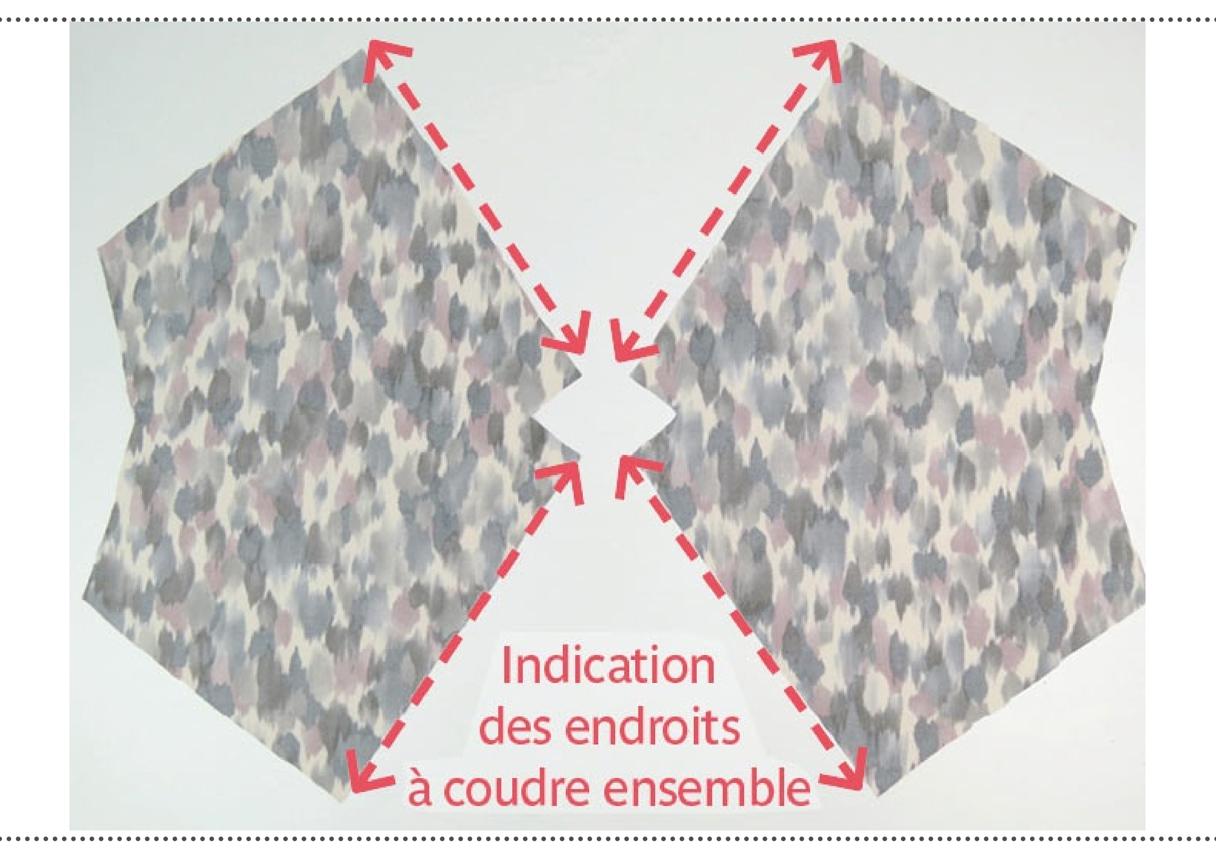
Prenez le tissu au pli puis placez la ligne des fesses sur le bord du pli. Réalisez deux fois l'opération pour avoir deux morceaux.

2



Vous avez deux morceaux. La partie au pli ne se retrouve que le long du trait schématisé sur la photo.





Ouvrez les deux morceaux, nous allons préparer l'assemblage au niveau du *sillon interfessier*, schématisé sur la photo.

4



Posez les deux morceaux endroit contre endroit, puis surjetez ou piquez au point stretch les deux lignes de chaque côté de l’entrejambe.





Retournez sur l’endroit et replacez bien le dos.





Vous avez effectué un dos qui n'aura besoin ni de couture, ni d'élastique au niveau de la fesse car le tissu au pli donne suffisamment d'élasticité au dos du shorty.

LA DOUBLURE BONNET DU TRIANGLE

Ce montage de doublure bonnet triangle permet d'avoir une couture « emprisonnée ». Celle-ci est plus esthétique et confortable, aucune gêne ne se créé.


1



Découpez vos morceaux de tissu et de résille chair. Attention à ne pas confondre les morceaux bonnet côté et décolleté.

2



Épinglez vos morceaux de tissu : **côté tissu** endroit contre endroit **décolleté tissu** avec **décolleté résille** endroit contre endroit **côté résille**. Surjetez ou piquez au point stretch. *Voir Les coutures surjet*.

3



Rabattez votre résille. Vous pouvez voir que votre bonnet est propre à l'intérieur comme à l'extérieur.

Si vous le souhaitez, pour maintenir cette valeur, réalisez une piqûre droite nervure. Épinglez et bâtissez votre doublure résille à votre tissu bonnet.

COUDRE UNE TRIM DE DENTELLE

La pose de trim de dentelle ajoutera du raffinement à la pièce.





Posez la trim de dentelle sur la partie décolletée, à environ 0,5 cm du bord de votre tissu. Adaptez cette mesure en fonction de votre trim si besoin. Attention, laissez dépasser quelques centimètres de trim en haut et en bas du bonnet.

2



Assemblez au point zigzag assez serré en suivant votre dessin de dentelle. Utilisez la même couleur de fil que votre trim pour un beau rendu. Vous pouvez bâtir avant cette étape.

3



Coupez l'excédent de trim de dentelle puis réalisez l'autre bonnet. Pour avoir des bonnets symétriques au niveau de la trim de dentelle, calez bien les dents de la dentelle pour avoir deux bandes de trim identiques.

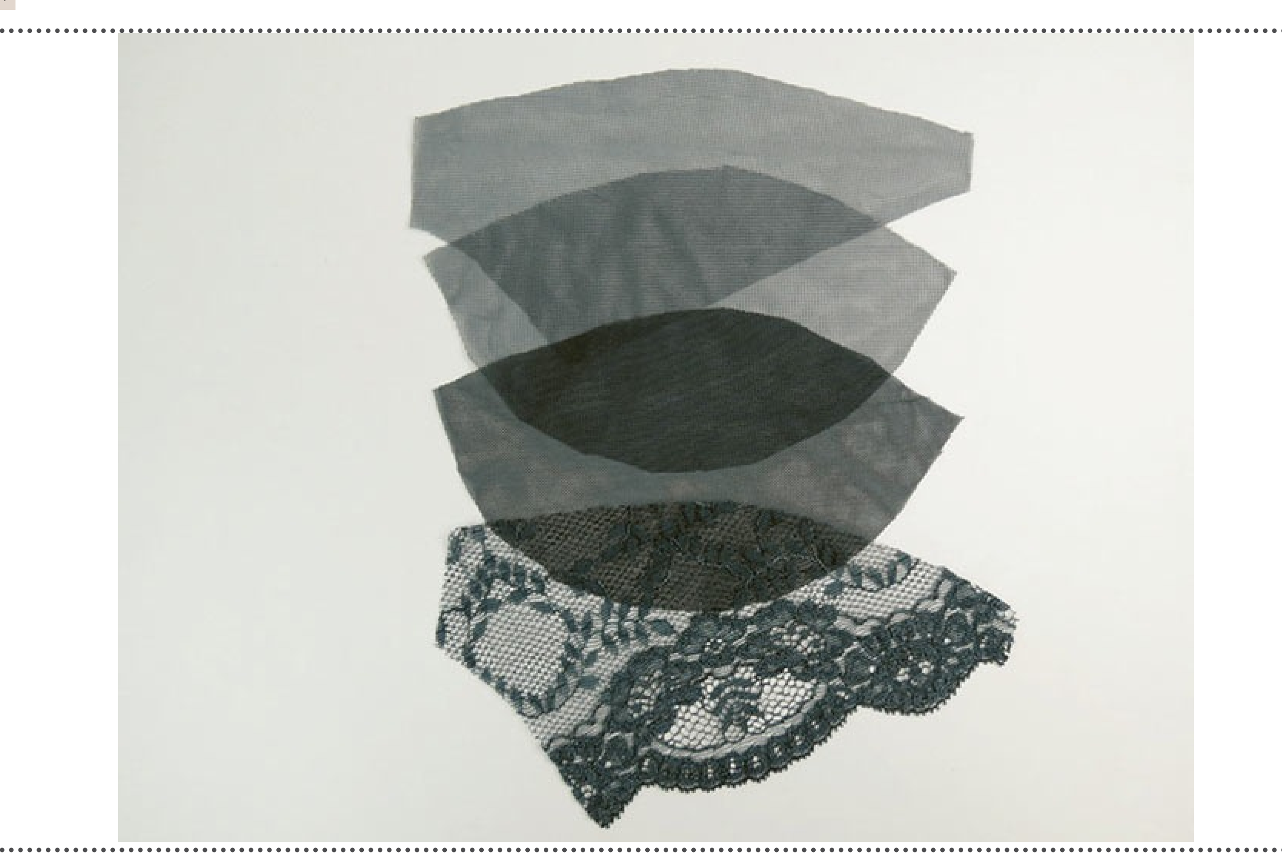
Voir vidéo



LA DOUBLURE BONNET DU SOUTIEN-GORGE AVEC ARMATURE

Le montage de la doublure bonnet du soutien-gorge avec armature ressemble au montage du bonnet triangle (*voir ici*). Pour doubler le bonnet, nous utiliserons de la marquisette, un tulle en nylon qui permet le blocage ou la stabilisation des matières. Nous nous en servirons aussi pour le séparateur et la basque.





Découpez vos morceaux résille, dentelle et marquisette. Nous allons assembler la couture poitrine avec les quatre morceaux dans cet ordre :

Endroit contre endroit > **haut bonnet marquisette**/**bas bonnet marquisette** par-dessus.
Endroit contre endroit > **bas bonnet résille**/**haut bonnet dentelle**.

2



Épinglez la couture poitrine avec tous les morceaux.





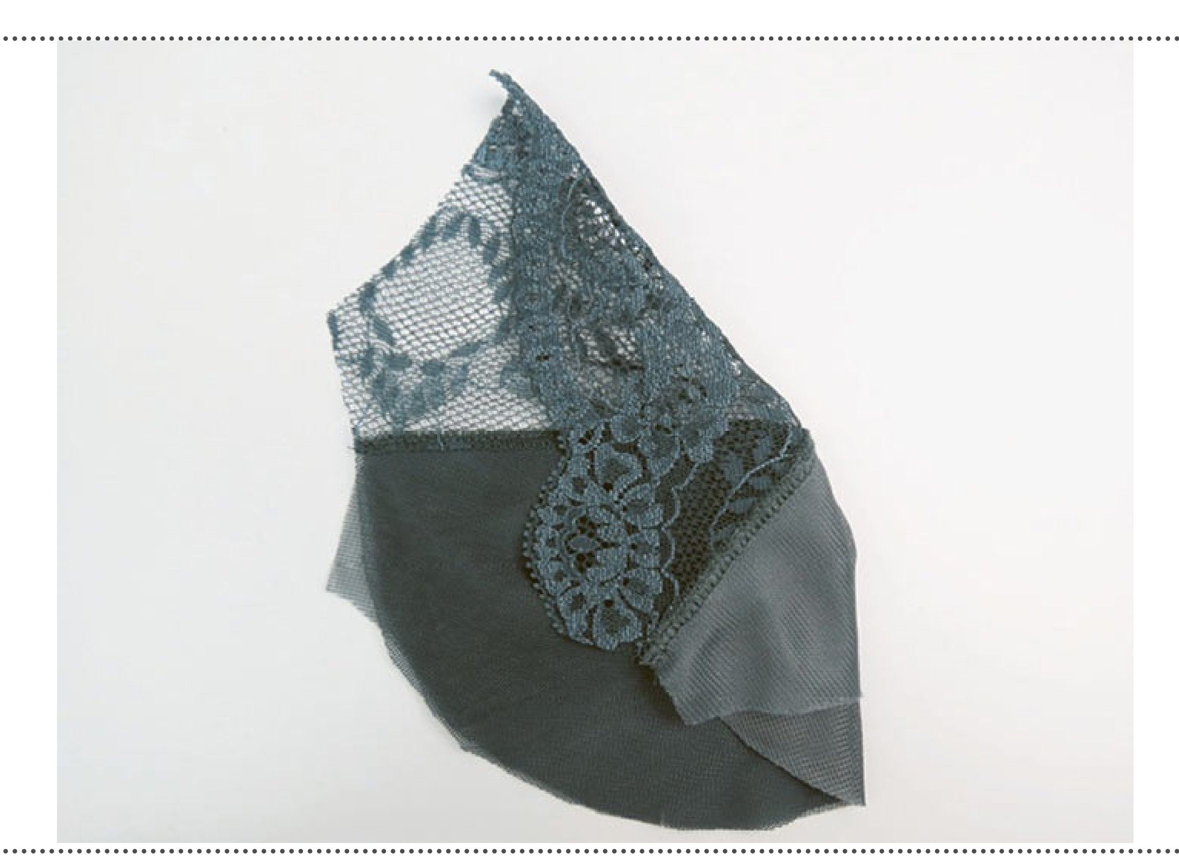
Surjetez ou réalisez une couture droite.





Couchez la valeur de couture ou le surjet vers le haut bonnet puis réalisez une couture droite pour fixer la valeur de couture.





Maintenant que la valeur de couture est plaquée sur le haut bonnet, rabattez le haut bonnet marquisette sur le haut bonnet dentelle.

6



Épinglez les différents morceaux puis bâtissez tout autour. Il est normal que votre marquisette haut bonnet soit légèrement plus petite que la dentelle car il ne faut pas que celle-ci dépasse des creux de dents de dentelle.

COUDRE UN PROTÈGE ARMATURE

Le protège armature, comme le protège baleine, se pose soit avant de poser les élastiques côtés et dos et l'élastique sous poitrine, soit après la pose d'élastique. Si vous choisissez la deuxième option, vous évitez les surépaisseurs. Le protège armature est aussi appelé cache-armature ou cache-baleine. Il est en matière pelucheuse très douce et existe de différentes couleurs.





Le protège armature se pose sur la valeur de couture du bonnet et de la basque. Posez le protège armature vers l'intérieur du bonnet. Placez la surpiqûre de votre protège armature en l'alignant sur la couture. Laissez environ 1 cm de protège armature de chaque côté du bonnet.

2



Cousez en suivant la surpiqûre. Attention de bien suivre cette surpiqûre. Si vous rentrez vers l'intérieur du protège armature, au moment de rentrer l'armature, elle sera bloquée par votre couture. Prenez votre temps pour effectuer les coutures.



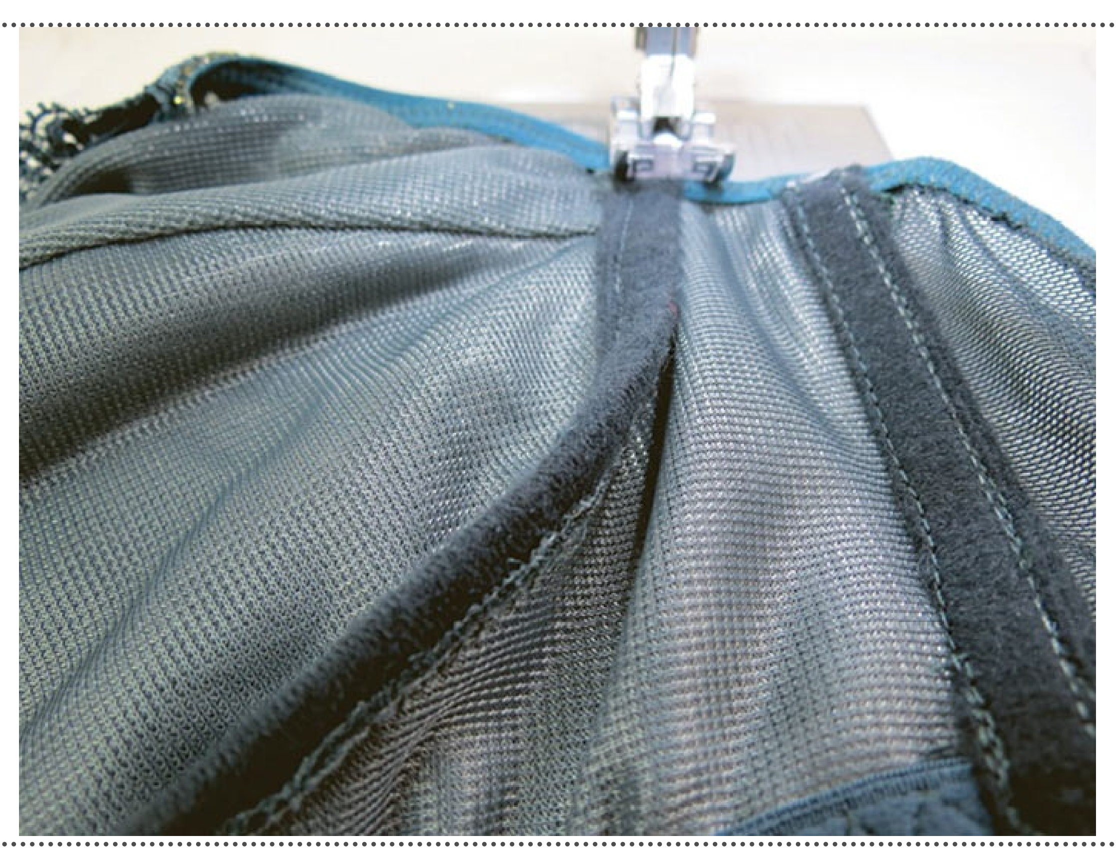


« Nettoyez » votre valeur de couture en rasant avec un ciseau pour éviter les surépaisseurs.



Sur l’envers :
petite chaînette





Rabattez le protège armature vers l’extérieur du bonnet, côté basque. Effectuez une couture droite régulière car celle-ci sera visible sur l’endroit. Si vous avez un soutien-gorge sans basque vous devrez monter votre protège armature dans l’autre sens, en commençant par l’extérieur et en rabattant vers l’intérieur du bonnet.

5



Enfilez l’armature. Attention à son sens.





Cousez au point droit pour fermer le protège-armature de part et d’autre du bonnet. N’hésitez pas à réaliser cette opération deux ou trois fois (marche avant et marche arrière sans couper le fil) pour bien bloquer le protège armature. _Coupez l’excédent de protège armature de chaque côté_).

COUDRE UNE ATTACHE SOUTIEN-GORGE

Il existe différentes attaches, dites aussi « agrafe soutien-gorge », avec une, deux ou trois portes de crochets, de différentes tailles et de différentes largeurs.Il ne faut pas négliger le choix de l'attache car elle dépend le plus souvent du modèle de soutien-gorge. Le maintien sera plus ou moins important selon l'attache choisie : les plus larges sont donc à privilégier pour les poitrines généreuses !

1



L'attache soutien-gorge présente un côté mâle, les crochets, et un côté femelle, les petites boucles. Le côté femelle se pose sur la gauche du soutien-gorge et le côté mâle sur la droite du soutien-gorge.





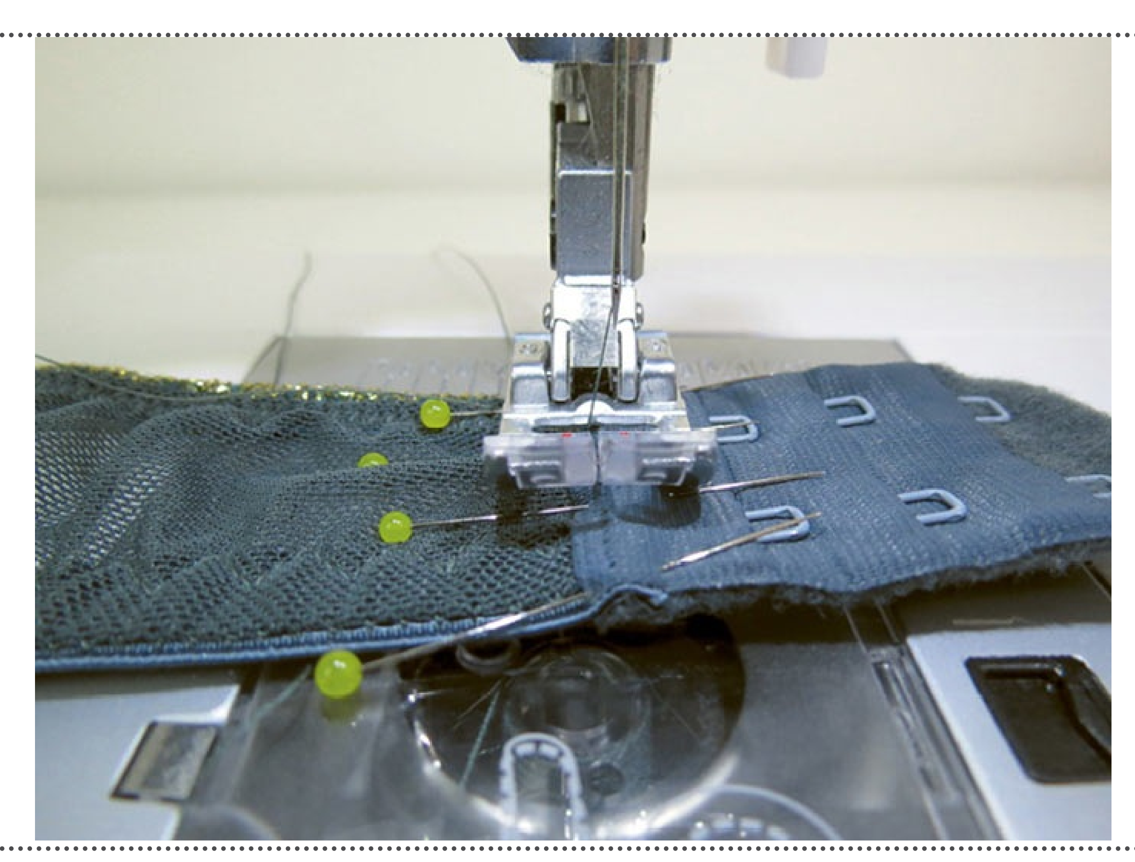
Ouvrez les deux attaches.





Rentrez la valeur de couture du dos dans l'attache et épinglez bien. C'est à ce moment que l'on s'aperçoit si les élastiques sont bien cousus en respectant les valeurs de couture… Si ce n'est pas le cas il y aura du jeu ou il ne rentrera pas.

4



Cousez en point zigzag serré tout le long. Sur cette attache, un vrai point de tension se créé. N'hésitez pas à repasser une deuxième fois sur la couture pour la consolider.



5



Vérifiez que la valeur de couture de votre dos est bien cousue à votre attache. Il vous suffit de créer une tension pour vérifier.

6



Réalisez les mêmes étapes pour la partie mâle.

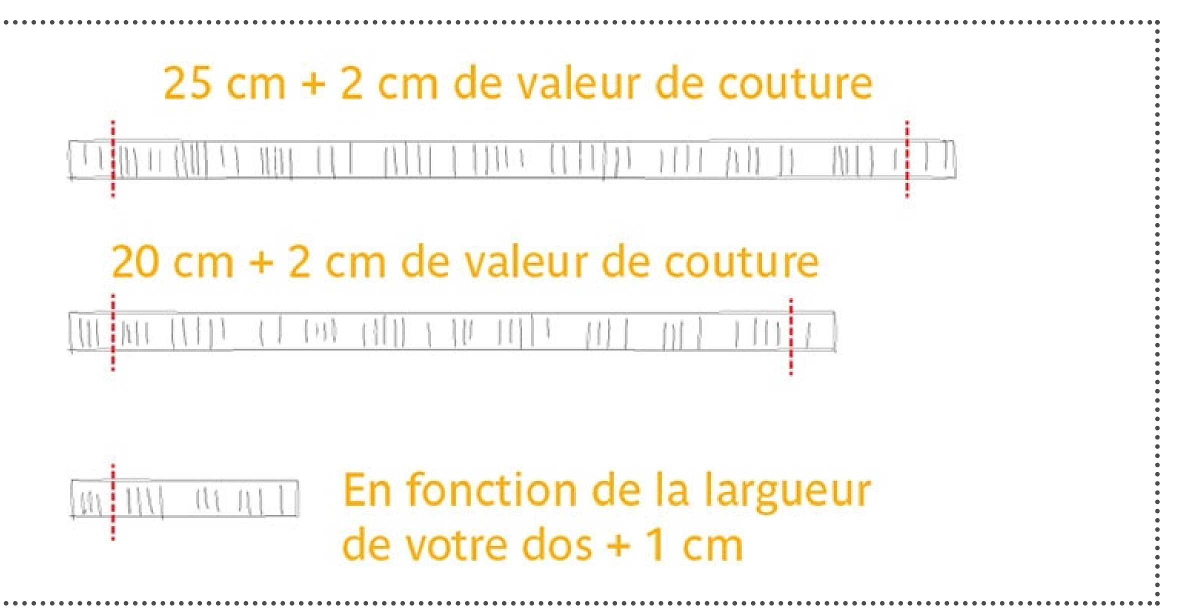
Si vous ne trouvez pas les anneaux et réglettes que vous souhaitez, réutilisez les bretelles d'anciens soutien-gorge pour découdre ce que vous souhaitez. Si vous ne trouvez pas la couleur que vous souhaitez, utilisez du vernis à ongles, la pose doit être minutieuse, mais ça fonctionne !



LE MONTAGE DE LA BRETELLE

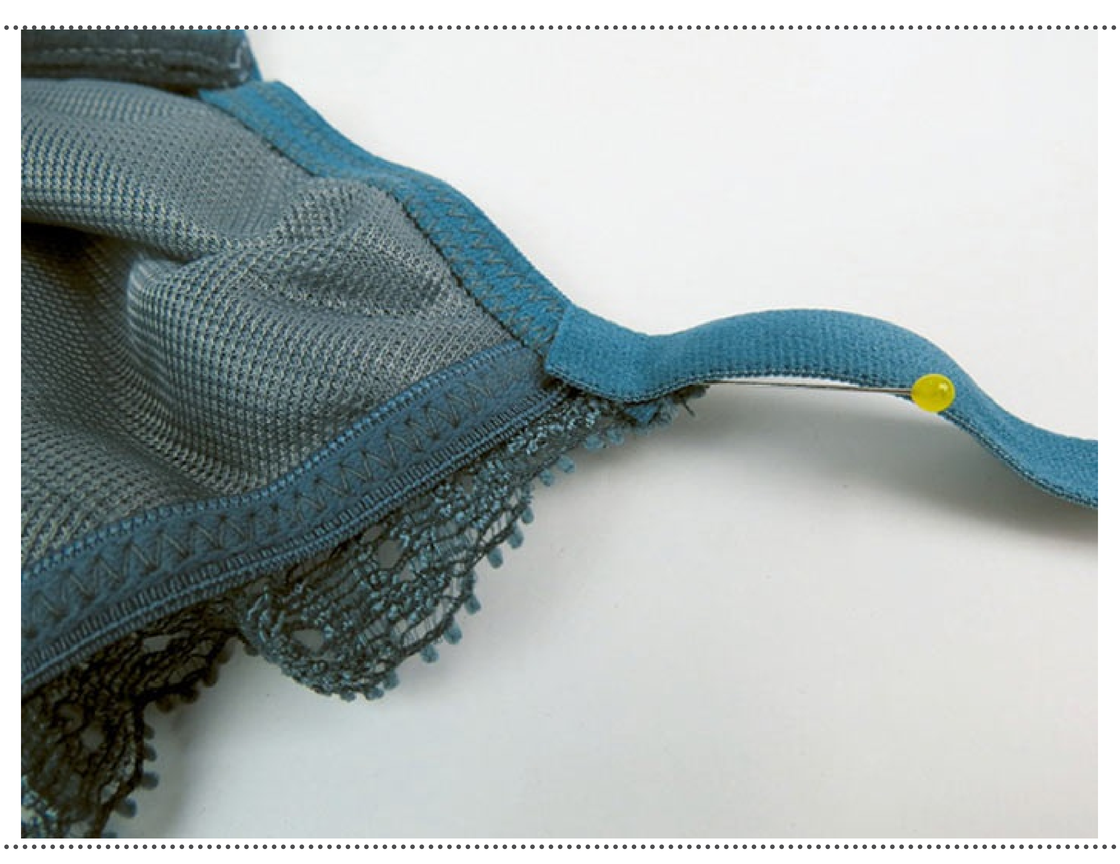
Pour le montage des bretelles, il vous faudra utiliser de l'élastique à bretelle. Celui-ci est doit être à la fois souple pour le confort et assez rigide pour maintenir la poitrine et éviter qu'il ne se déforme à l'usage. Si vous utilisez une bretelle bloquée sur le devant, vous devez obligatoirement utiliser une bretelle élastique au niveau du dos.


1



Une fois que votre soutien-gorge est terminé, il vous faudra de l'élastique bretelle, quatre anneaux et deux réglettes. Les différentes dimensions à couper sont indiquées sur le schéma. Ces mesures peuvent varier en fonction de votre morphologie. Quand vous allez effectuer votre premier prototype, regardez bien si vous avez suffisamment de valeur de bretelle et ajustez.

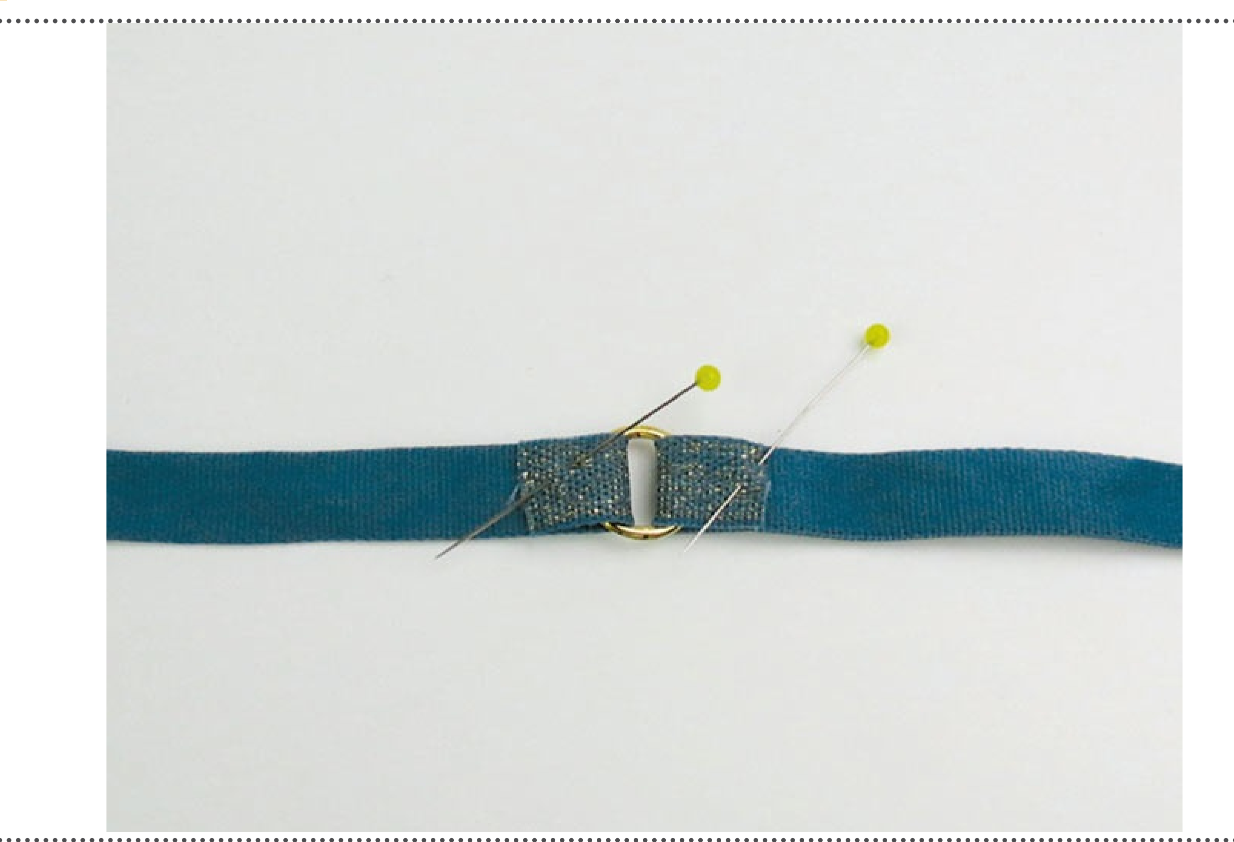

2



Prenez la première valeur d'environ 22 cm et épinglez sur le haut de votre haut bonnet. Faites attention que la bretelle soit bien positionnée sur l'envers de votre soutien-gorge.



3



Au bout de cette bretelle, mettez un anneau en repliant la bretelle de 1 cm et épinglez. Sur ce même anneau, ajoutez l'autre bout de bretelle d'environ 25 cm en repliant aussi de 1 cm et épinglez.



4



Prenez votre réglette, faites coulisser votre bretelle. Gardez une boucle comme sur la photo.


5



Ajoutez le deuxième anneau. Repassez la bretelle dans la réglette, en suivant l'envers de votre bretelle lors du premier passage dans la réglette. Recréez une boucle en sortant 1 cm de bretelle.


6

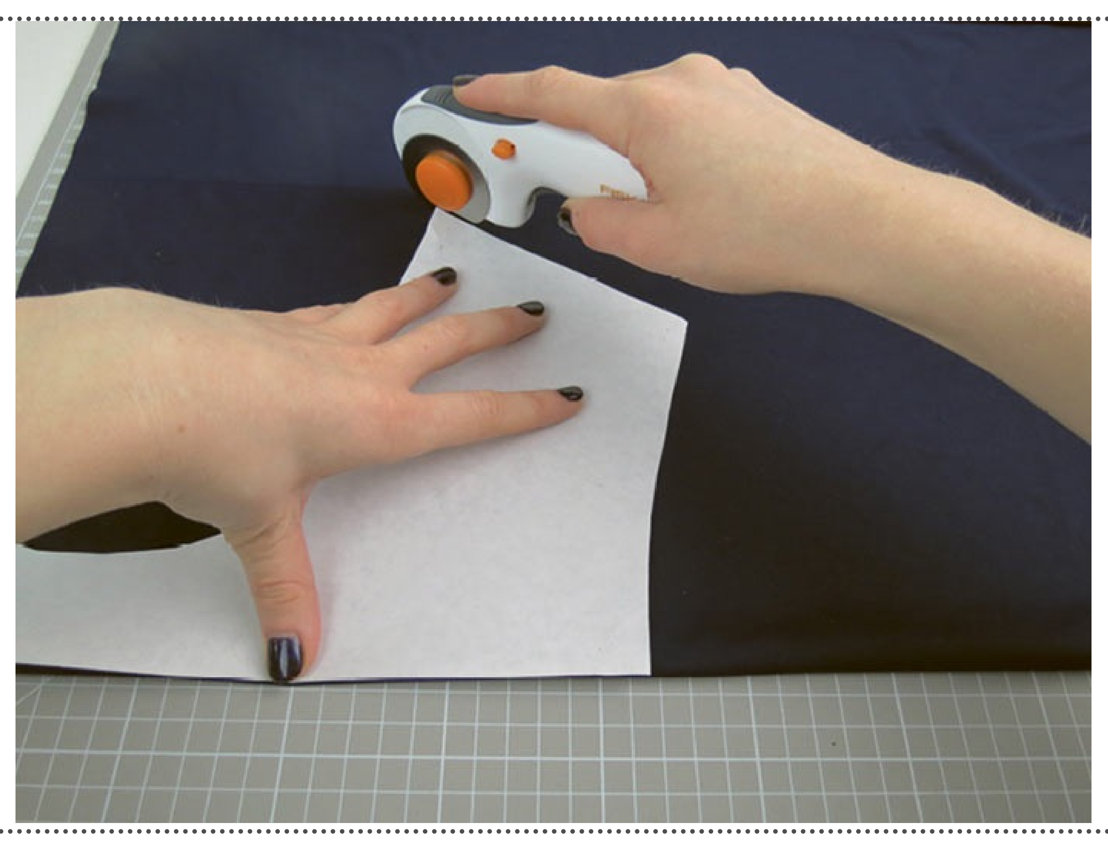


Épinglez cette valeur de 1 cm sur la bretelle intérieure. Cousez au point droit serré ou au petit point zigzag serré partout où vous avez épinglé. Ne négligez pas les coutures des bretelles. Il faut être minutieuse et appliquée pour un rendu esthétique. Utilisez la bonne couleur de fil pour que celle-ci se confonde dans votre bretelle.

UTILISER UN CUTTER ROTATIF

Pour couper le Lycra ou les tissus délicats, je vous conseille d'utiliser un cutter rotatif. Vous pouvez aussi l'utiliser pour la lingerie et certaines matières fluides qui sont difficiles à couper proprement. Pour cela, munissez-vous d'une planche à découper et de votre cutter rotatif. La planche est obligatoire, elle permet de ne pas abîmer votre table et de préserver la lame du cutter rotatif.





Placez le patron. Vous pouvez épingler le patron au tissu ou utiliser des poids. Si le tissu est fragile, ou bouge énormément, comme le satin de soie, je vous conseille les poids : les épingles risquent de trouer votre tissu.





Coupez tout le tour du patron, attention aux doigts ! Selon moi le secret est de se faire confiance ! Pour une découpe propre, il faut avoir un geste fluide et continu. Ça ne sert à rien d’appuyer fort et cela vous rendra la tâche compliquée. Vous pouvez vous exercer avant sur des chutes de tissu, il y a un petit coup de main à prendre, surtout dans les arrondis.





Votre devant est coupé et bien net !

Si votre machine ne réalise pas de point stretch, pas de panique ! Réalisez tout en point zigzag. Gérez bien l’espace de votre point zigzag.

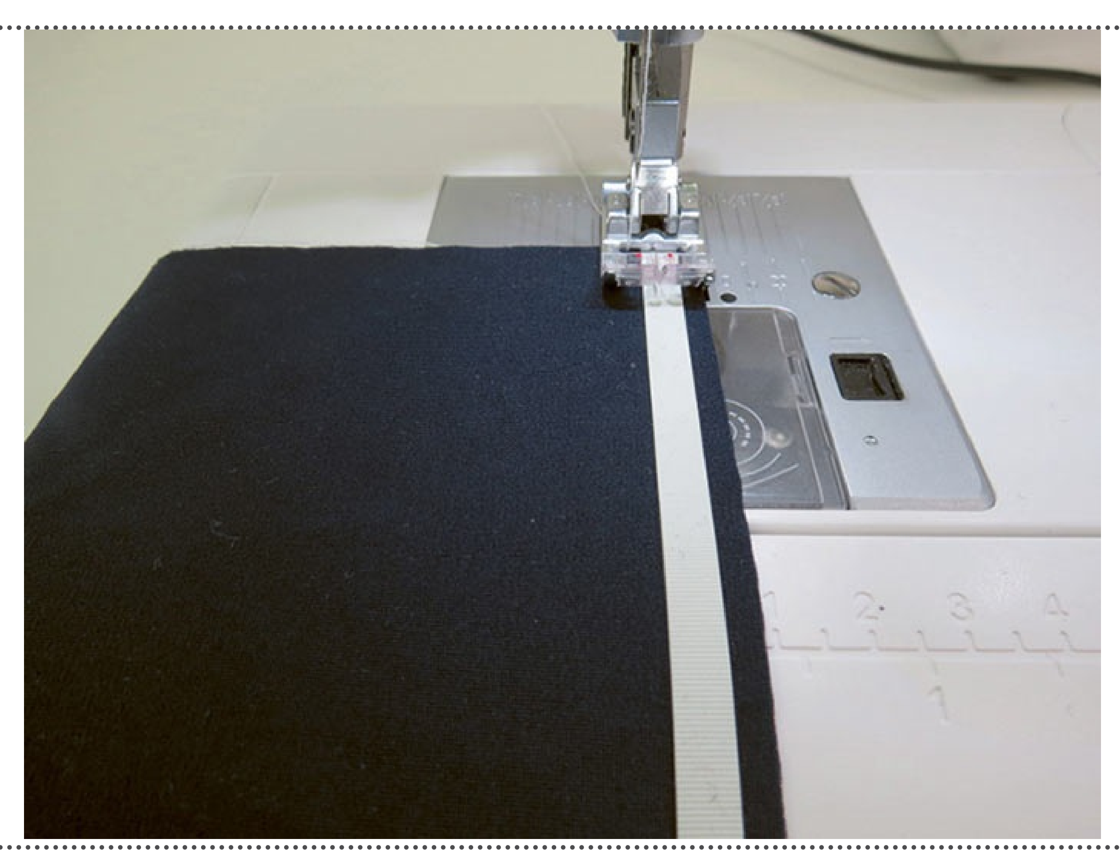
COUDRE UNE LAMINETTE

La laminette est un élastique en caoutchouc qui est d'une grande résistance à l'eau, au sel, au chlore... tout ce qu'il faut pour réaliser son maillot de bain ! Il existe différentes largeurs : 0,4 cm, 0,5 cm, 0,6 cm, 0,8 cm, parfois plus. Je vous conseille d'en acheter 10 à 20 m. Elle ne coûte pas cher et on en utilise beaucoup. Dans de nombreux magasins vous trouverez une « laminette transparente » qui est en fait un lastin utilisé dans le prêt-à-porter. Sa résistance au chlore est très faible, votre maillot ne durera pas la saison.

En général, nous utilisons pour cette opération du fil mousse dans les boucleurs. C'est un fil doux au contact de la peau avec une grande élasticité. Très souvent utilisé en lingerie et maillot de bain, je vous conseille de l'utiliser mais le rendu esthétique sera le même avec un fil polyester. Toutes les machines familiales ne le supportent pas en fil de canette, réalisez un test. Si la canette se bloque, le fil se casse ou des bouclettes se créent, votre machine ne « supporte » pas bien le fil mousse.

> À la place du point zigzag en trois points, nous pouvons aussi utiliser une recouvreuse qui permet une finition en double aiguille, double canon, ce qui donne un aspect professionnel et net aux modèles. Elle peut aussi être utilisée en lingerie pour la pose d'élastique.





Posez la laminette sur l'envers du tissu : la technique est différente du montage avec un élastique de lingerie. La laminette se pose directement avec un surjet et ne s'épingle pas.

Réalisez un surjet à la machine familiale ou à la sujeteuse, ou un point zigzag pas trop serré. Posez la laminette et effectuez une très légère tension pour obtenir peu de fronces.

2



Une fois cousue, la laminette apparaît sur l'envers du tissu et la piqûre surjet sur l'endroit. Coupez l'excédent de tissu.





Rabattez la couture pour « emprisonner » la laminette dans le tissu. Celle-ci ne doit jamais être en contact direct avec la peau. On la pose donc en deux fois, d'abord sur l'envers du tissu. Vous pouvez coudre en zigzag en trois points assez larges.

4



Nous ne voyons plus la laminette sur la couture finie. Nous avons utilisé du fil contrasté, utilisez bien sûr la couleur de votre tissu pour un rendu plus propre et homogène.





Pour poser la laminette avec la surjeteuse, répétez l’étape 1. Vous pouvez coudre la laminette en trois ou quatre fils. Je préconise quatre fils pour une meilleure résistance à la tension du maillot de bain. Attention à votre couteau ! Ne coupez pas la laminette, ou l’intérieur de votre maillot ne sera pas très esthétique et régulier.





Rabattez et finissez au point zigzag en trois points.



COUDRE UNE DOUBLURE MAILLOT DE BAIN

La doublure de maillot de bain, aussi appelée doublure mousse, est un tissu doux et fin avec un aspect mousseux et très extensible. Cela lui permettra de bouger en même temps que votre Lycra bi-extensible. Elle existe généralement en noir, blanc et beige et apporte une certaine opacité au maillot de bain. Sa grande élasticité est un avantage mais ne facilite pas sa découpe et son utilisation. Repassez-la bien avant de couper vos morceaux. Au moment de la coupe, enlevez 0,5 cm pour qu'elle soit légèrement plus petite.





Prenez vos tissus endroit contre endroit, épinglez le tout pour bien faire tenir la doublure au Lycra. Votre doublure mousse doit être plus petite que votre devant, ou votre doublure mousse s'agrandira et les coutures rouleront sur le devant de votre pan.

2



Nous allons réaliser un des pans qui se situe dans *le maillot de bain ici*. Vous pouvez aussi réaliser ces pans dans le même tissu, les quatre faces en Lycra. Bâtissez le devant du décolleté et le côté au niveau de l’emmanchure jusqu’au dos. Laissez la ligne d’épaule et le bas au niveau de la taille ouverts.

3

Pour éviter des surépaisseurs dans les prochaines coutures, il vous faut arrêter la laminette à 1 cm avant la fin.





Voir Coudre une laminette. Posez la laminette toujours du même côté, ici côté doublure, vous risquez sinon de faire tourner la matière lorsque vous retournez le devant.

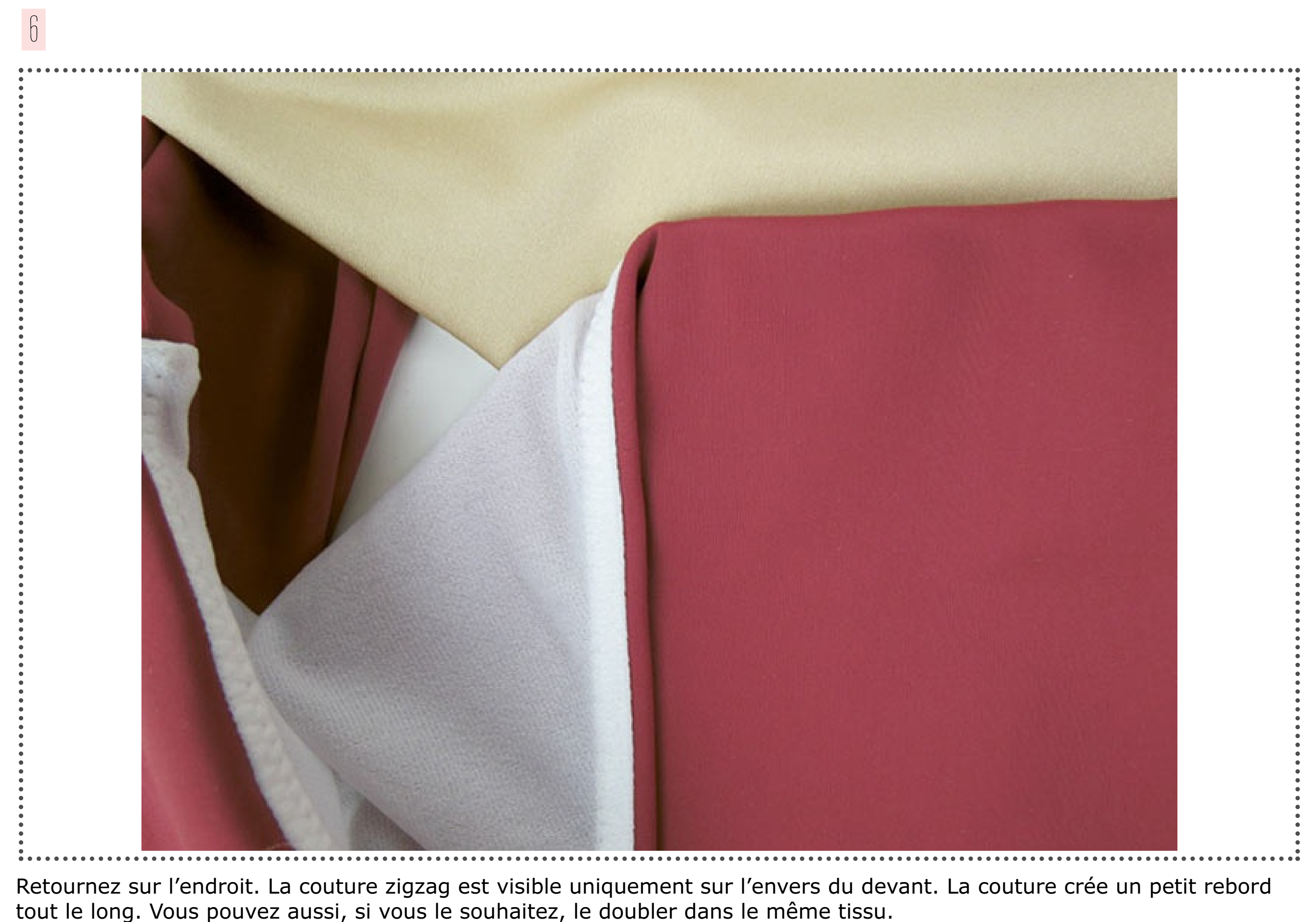




Mettez à plat la couture sur l'envers. La laminette se couche naturellement vers la doublure mousse.

Effectuez une couture zigzag simple tout le long sur le surjet, pour bloquer et emprisonner la laminette sur la doublure.

6



Retournez sur l'endroit. La couture zigzag est visible uniquement sur l'envers du devant. La couture crée un petit rebord tout le long. Vous pouvez aussi, si vous le souhaitez, le doubler dans le même tissu.

COUDRE UNE BANDE À NOUER AU MAILLOT

Une fois les deux devants de votre maillot de bain une pièce terminés, nous allons assembler les bandes au niveau de la ligne d'épaule qui serviront à nouer votre maillot autour du cou.

1



Mettez le devant sur l'envers et les bandes sur l'endroit.





Mettez la bande à l'intérieur du devant par la ligne d'épaule. Les tissus se retrouvent donc endroit contre endroit.





Épinglez le tour complet. Attention aux valeurs de couture, couchez-les bien chacune dans un sens pour éviter les surépaisseurs.





Surjetez ou piquez au point stretch.





Retournez sur l’endroit par la ligne de taille. Votre devant est cousu en fourreau avec des coutures propres et nettes. Faites de même pour l’autre devant.

COUDRE UNE DOUBLURE MOUSSE SUR UNE CULOTTE

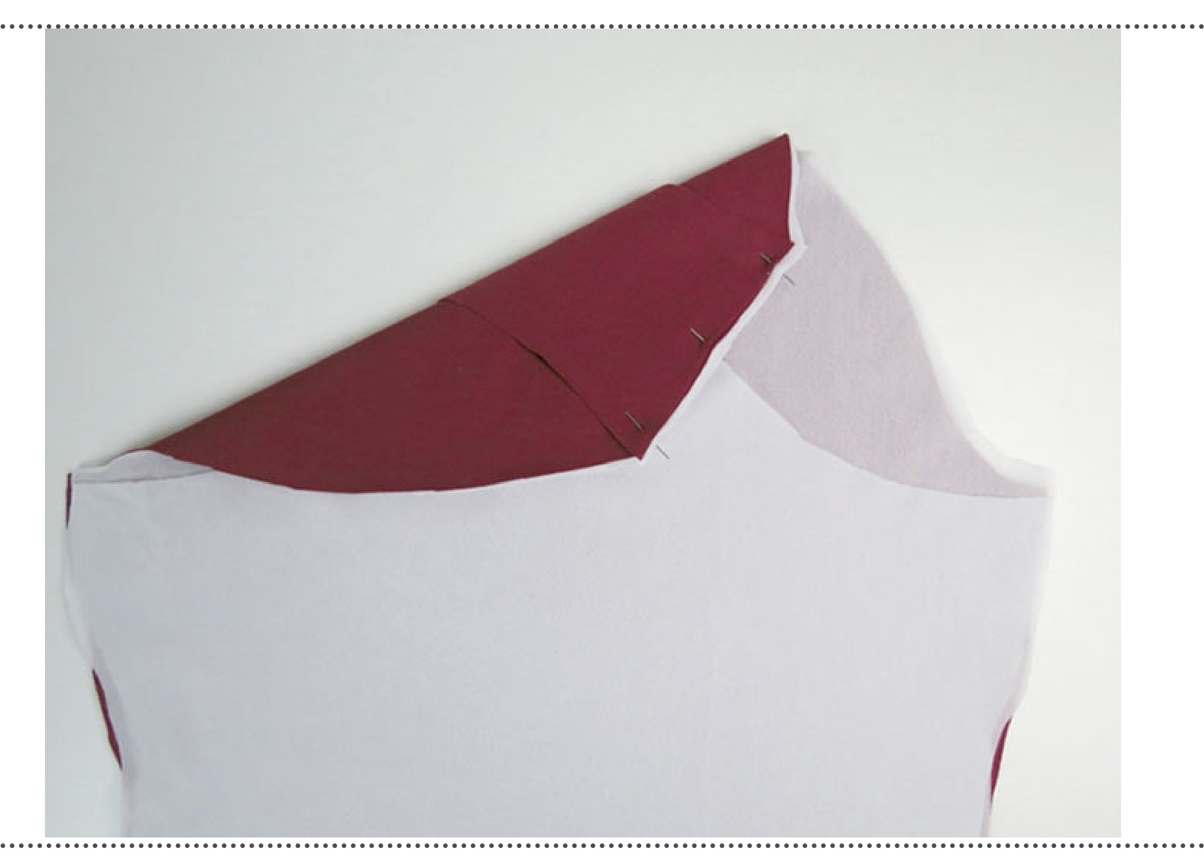
Nous doublons le bas du maillot de bain pour éviter la transparence.





Prenez les devant et dos, doublure mousse et tissu.





Superposez le devant et le dos tissu, endroit contre endroit, puis ajoutez la doublure tissu, endroit contre endroit, par dessus. En partant du dessous, vous aurez : **devant tissu, dos tissu, dos doublure, devant doublure.** Épinglez toutes les épaisseurs à l'entrejambe.





Épinglez les côtés.



4



Surjetez ou piquez au point stretch l'entrejambe et les côtés.



5



Retournez la doublure vers l'intérieur. Les coutures sont à l'intérieur, emprisonnées dans la doublure. Votre maillot est propre à l'intérieur !





Le bas est entièrement doublé !



FAIRE SES BRETELLES SPAGHETTI

Vous pouvez trouver dans le commerce des bretelles spaghettis déjà prêtes, elles existent dans de nombreuses couleurs. Je vous propose de réaliser vos propres bretelles, qui vous ressemblent ! Découpez trois bandes de 1 cm de large sur 80 cm de long. Coupez à l'aide d'une règle et d'un cutter rotatif (*voir ici*). Vous pouvez vous amuser avec les couleurs, les motifs…





Réalisez un nœud en prenant les trois bandes ensemble. Tressez vos bandes en essayant d'être régulière et appliquée dans le tressage. À la fin, refaites un nœud pour bloquer la tresse. Réalisez trois nattes.

2



Une fois que vous avez enfilé la tresse sur le haut de votre bikini (*voir ici*) mettez vos deux bouts à la même hauteur.





Défaites les deux nœuds et détressez la natte de moitié de chaque côté.





Une fois la natte devant vous, séparez bien les bandes.





Tressez en une seule natte. Prenez ensemble le « pendant » de l'autre. Attention, ne vous fiez pas à la couleur. Suivez les numéros inscrits sur les photos 4 et 5.





Amusez-vous à ajouter au bout de petites pampilles, des boutons, des perles…

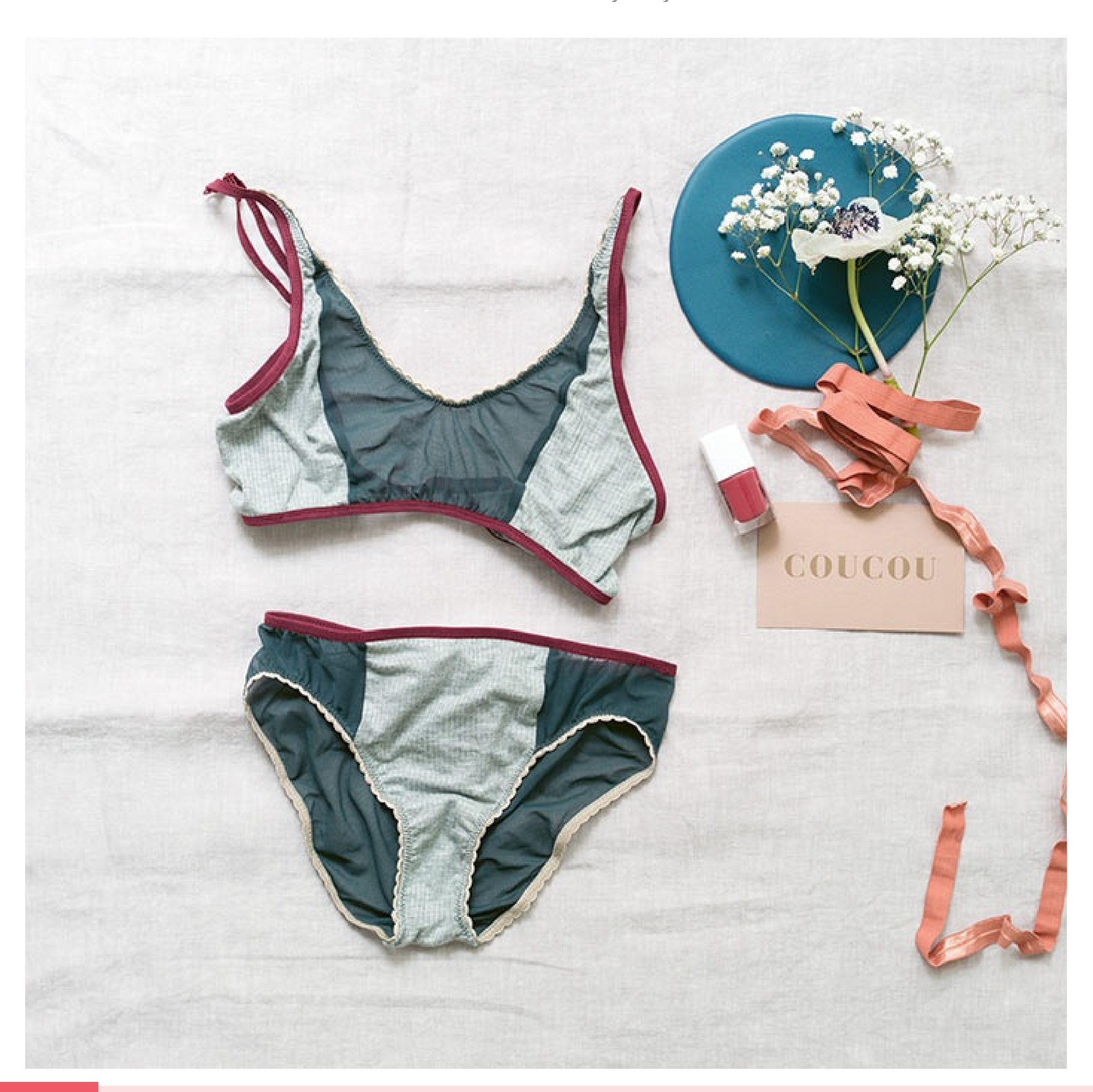





Les modèles

LA QUOTIDIENNE, LINGERIE

Cet ensemble, brassière et culotte est un incontournable des journées chargées où de vos week-ends cocooning. Moderne par ses découpes, ses mix de matières et d'élastiques, vous allez pouvoir créer l'ensemble qui vous ressemble. Il peut être sportif comme ce modèle, sensuel avec de la dentelle ou encore tout doux en jersey de coton.



Matériel

- **50 cm de résille en 1 m 40**
- **50 cm de jersey en 1 m 40**
- **20 cm de jersey de coton pour le fond de culotte**
- **1 m 50 d'élastique avec picots, au minimum**
- **3 m de biais élastique, au minimum**

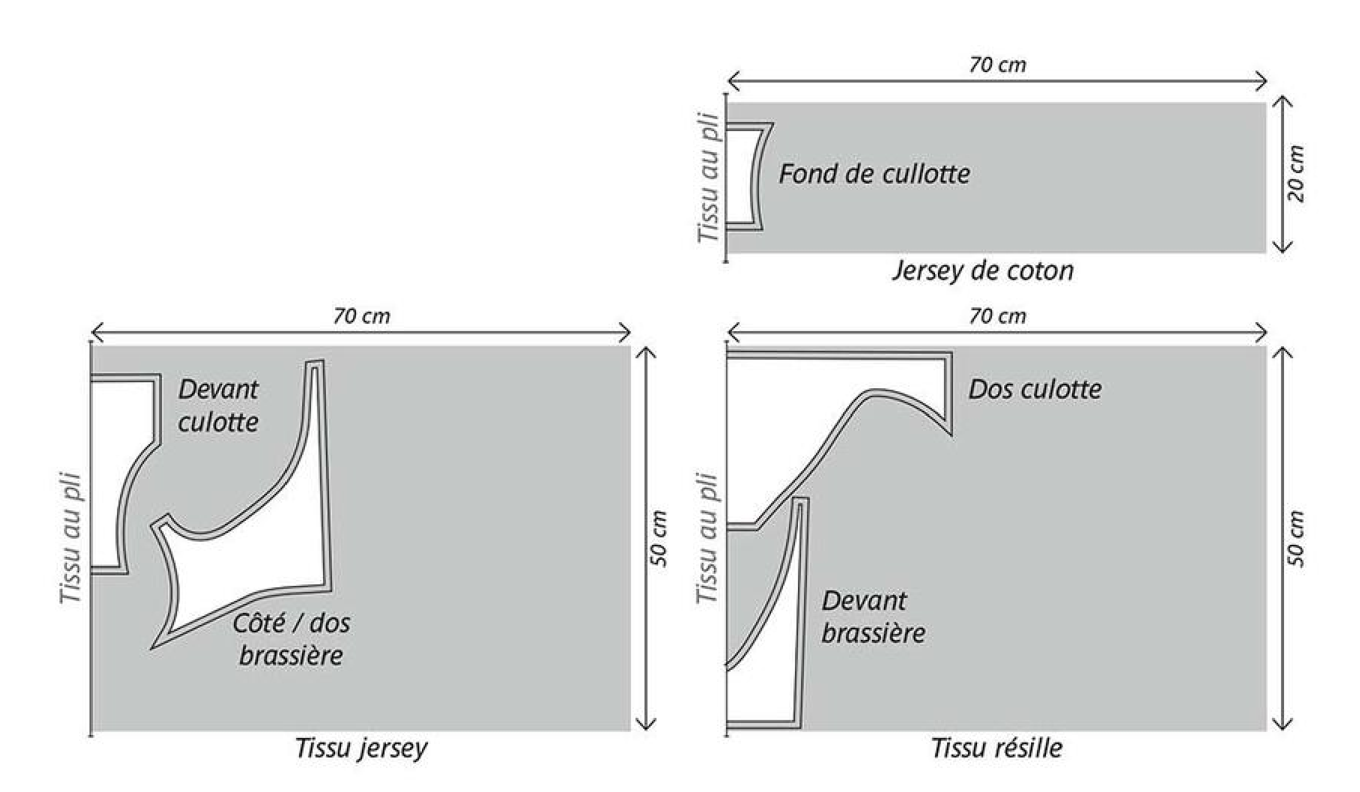
Techniques utilisées

- ***Ajouter les valeurs de couture***
- ***Les coutures zigzag***
- ***Les coutures surjet***
- ***Coudre un élastique avec picots***
- ***Coudre un biais élastique***
- ***Les jonctions des élastiques***
- ***Le montage du fond de culotte***
- ***Le montage de la bretelle***

Instructions de coupe

Patron tracé en vert / planche Lingerie

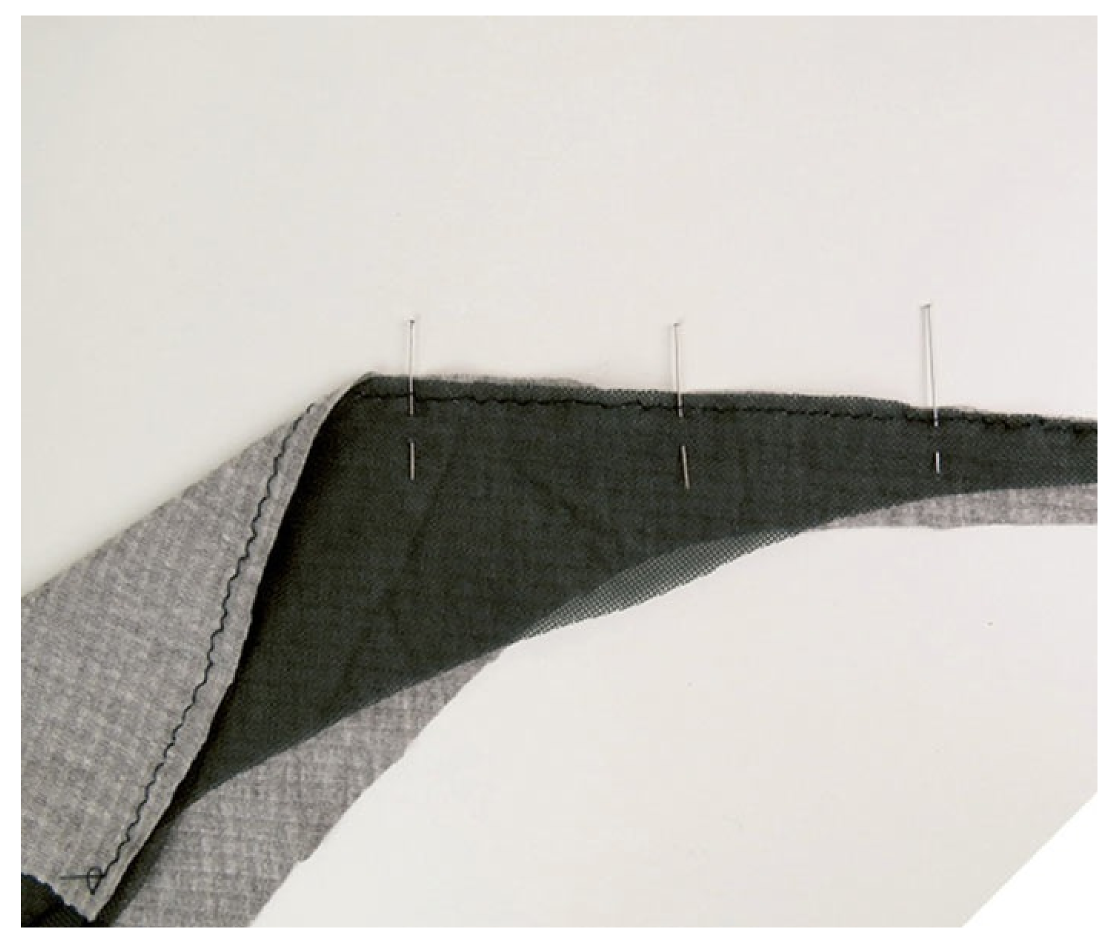
Le tissu est découpé au pli pour la partie de devant. La résille n'est pas facile à couper car elle a tendance à bouger. Épinglez bien ou utilisez un cutter rotatif pour couper vos morceaux (voir Utiliser un cutter rotatif).



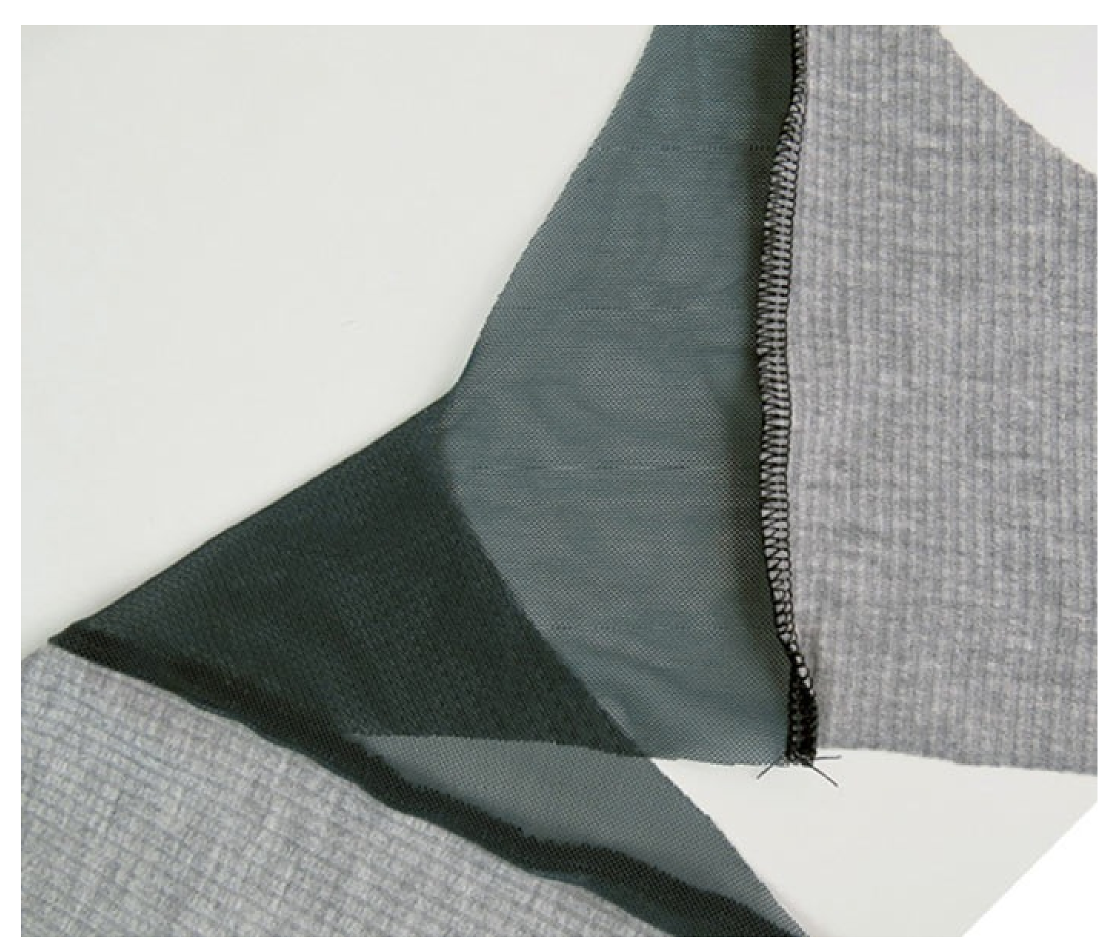
Vous pouvez très bien refaire cette brassière entièrement dans un jersey de coton avec des finitions élastiques simples ou avec une dentelle stretch… Amusez-vous et faites-vous plaisir !



Découpez les morceaux. Attention au sens d'élasticité du tissu (*voir ici*), le plus élastique dans le sens horizontal.



1. Assemblez le devant décolleté et le côté. Pour cela, épinglez et réalisez un bâti.

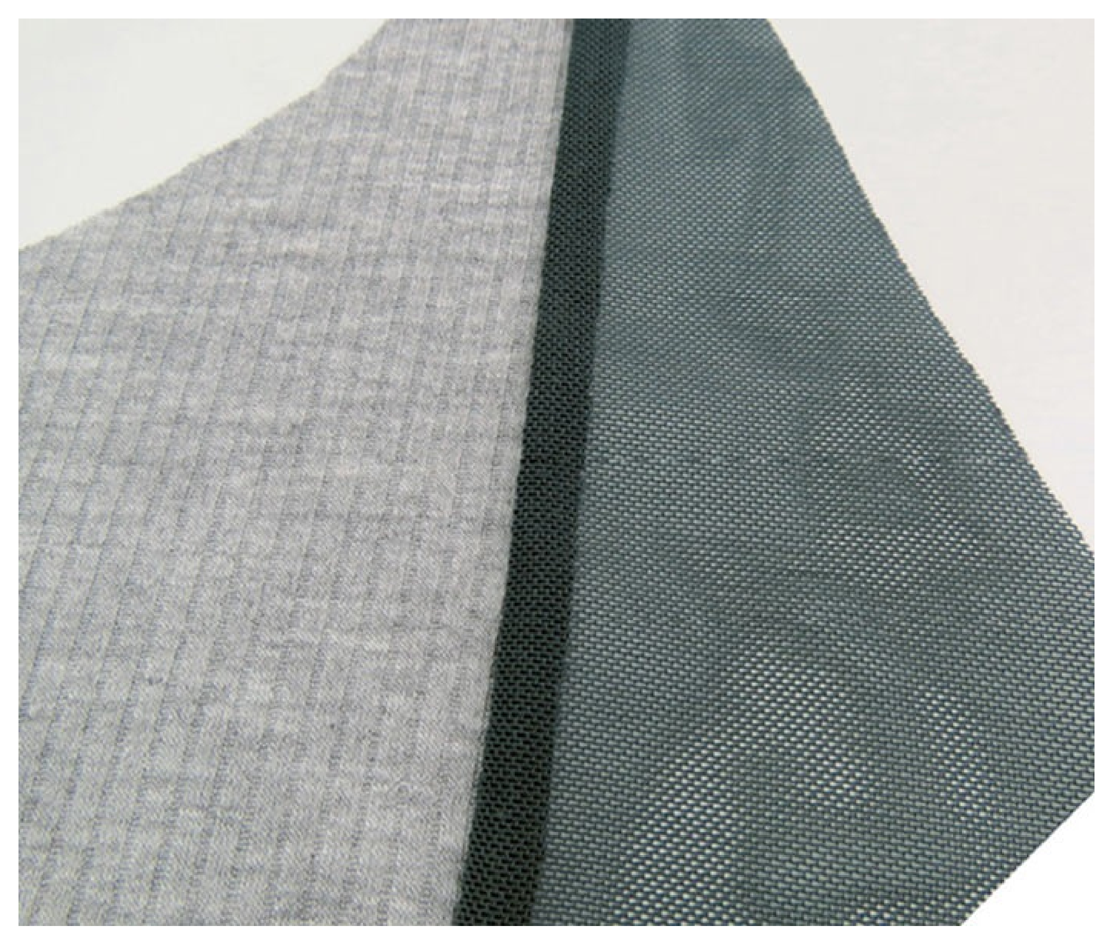


2. Surjetez ou piquez au point stretch.

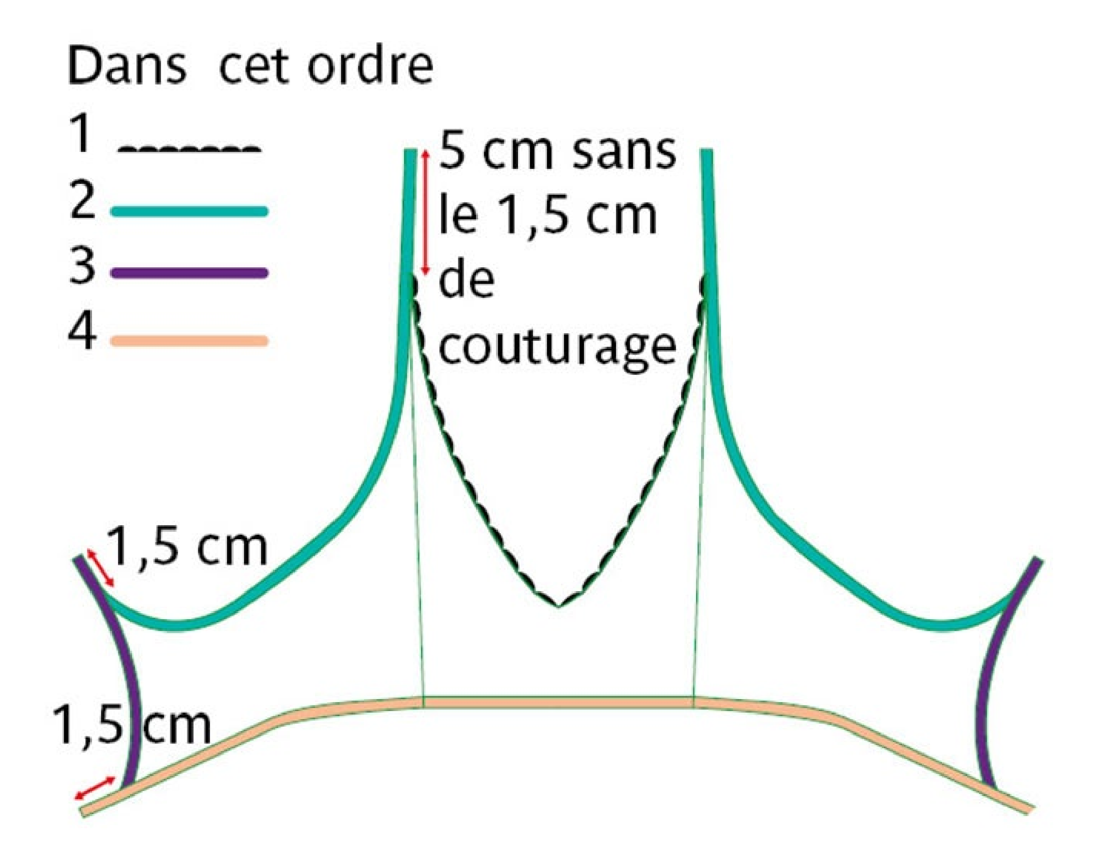
Voir Les coutures zigzag et *Les coutures surjet*.



3. Réalisez la même opération pour l’autre côté.



4. Le surjet va créer une petite bande sous la résille qui vient souligner le modèle par transparence.



5. Posez les différents élastiques. Ce petit schéma vous aidera à poser dans le bon ordre les différents élastiques en laissant à certains endroits 1,5 cm ou 5 cm sans les 1,5 cm de valeur de couture de biais élastique. Pour la taille L, ne laissez que 1,5 cm et posez directement les anneaux sur le devant de la brassière. Vous pourrez ainsi mettre des bretelles plus larges, pour un meilleur confort pour les épaules, le dos et la poitrine. *Voir Coudre un élastique avec picots* et *Coudre un biais élastique*.



6. L'endroit le plus complexe sera la jonction entre les deux élastiques. Posez le biais en deux fois, et épinglez bien. *Voir Les jonctions des élastiques*. Posez les anneaux et les réglettes au niveau des épaules et dans le dos sur le tour de sous poitrine. *Voir Le montage de la bretelle*. Vous pouvez ajouter des pampilles, des petits nœuds…

Vous pouvez aussi mettre un joli ruban à la place des bretelles avec réglette. Passez par l'anneau de devant et mettez-en un deuxième sur l'anneau du dos. Ainsi, vous allez pouvoir nouer vos rubans au niveau des épaules. Puis, pour régler la tension au niveau de la ligne sous poitrine, ajoutez deux rubans que vous nouez ensemble.



Découpez les morceaux, n’oubliez pas le fond de culotte. Attention au sens de l’élasticité de votre tissu ! Sur un bas, le plus élastique est à l’horizontal. *Voir Ajouter les valeurs de couture*.



1. Préparez le fond de culotte. Assemblez le fond de culotte. Surjetez le dos au devant. Sur cette culotte il n’y a pas de couture côté. Celles-ci ont été basculées vers l’avant pour un meilleur confort. Couchez et épinglez les valeurs de couture du surjet vers le dos, pour donner l’illusion d’un petit liseré interne. Épinglez le fond de culotte sur le devant de culotte.

Voir Le montage du fond de culotte.

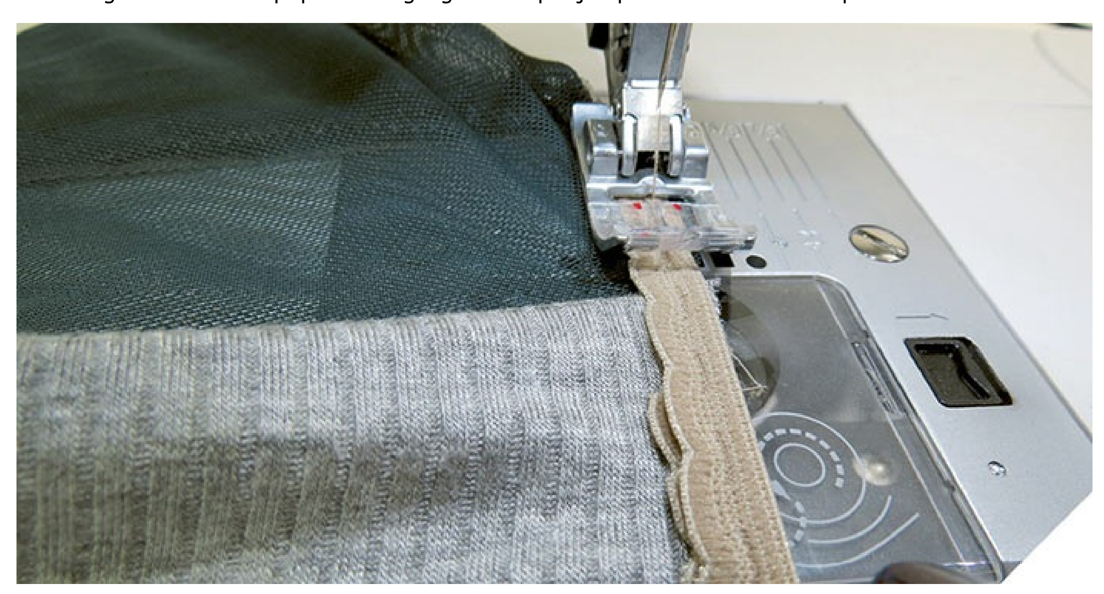


2. Posez l’élastique avec picots, endroit contre endroit. Ne démarrez ni sur la couture du fond de culotte, ni sur l’arrière, la jonction risque sinon de se voir. Partez juste après la couture du fond de culotte vers l’avant.

Voir Coudre un élastique avec picots.



3. Appliquez une légère tension et piquez en zigzag l'élastique jusqu'à faire le tour complet de la cuisse.



4. Réalisez la superposition de l'élastique. Réalisez l'autre cuisse. Posez le biais élastique sur le tour de hanche de la culotte. Pour la pose de cet élastique vous pouvez tirer plus fort pour avoir un bon maintien au niveau de la taille.

Voir Les jonctions des élastiques.

Voir Coudre un biais élastique.

LA QUOTIDIENNE, MAILLOT DE BAIN

La quotidienne est un maillot de bain deux pièces et réversible. Comme sur l'ensemble de lingerie vous pouvez jouer avec les découpes en utilisant du Lycra mat et du Lycra brillant, mais vous pouvez aussi utiliser du Lycra avec des motifs. Le maillot se noue au niveau du cou et du dos, ce qui permet un réel maintien. Il s'adaptera à différentes morphologies.



Matériel

- **80 cm de Lycra mat en 1 m 40**
- **80 cm de Lycra brillant en 1 m 40**
- **4 m de laminette, au minimum**

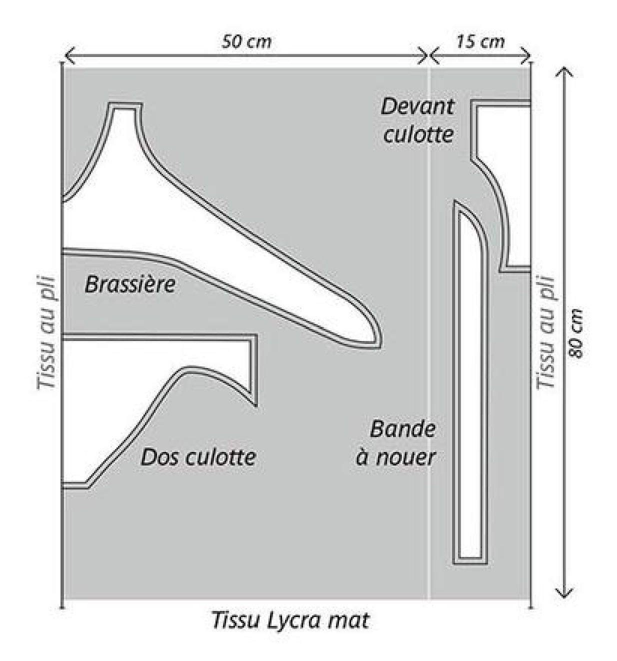
Techniques utilisées

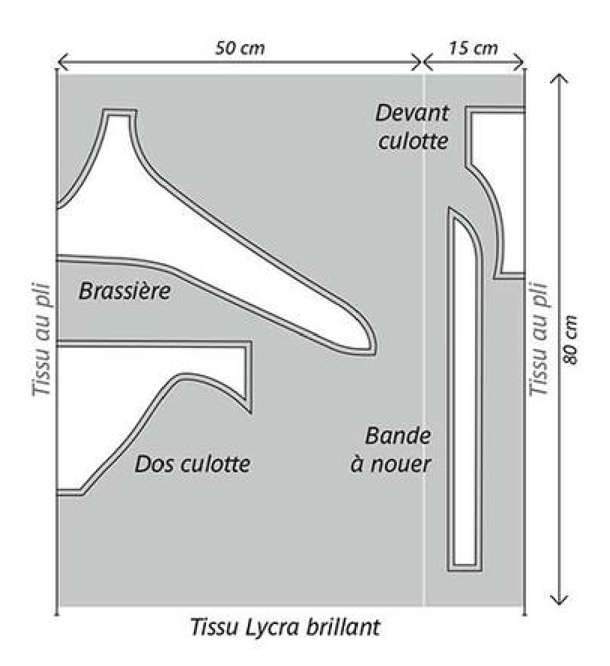
- ***Les coutures zigzag***
- ***Les coutures surjet***
- ***Utiliser un cutter rotatif***
- ***Coudre une laminette***

Instructions de coupe

Patron tracé en vert / planche Maillot de bain

Le tissu est découpé au pli pour tout le devant et le dos de la brassière qui est en un seul morceau.







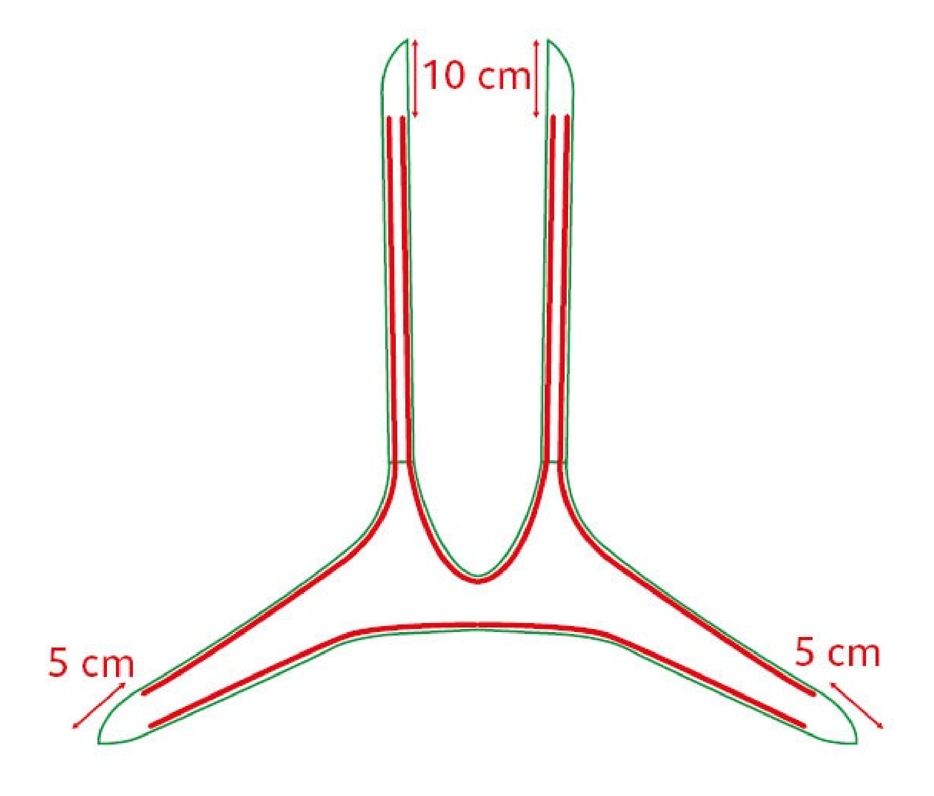
1. Découpez les morceaux. Faites attention à l'envers et l'endroit de vos tissus. Surjetez ou piquez au point stretch les bandes épaules sur le devant de la brassière, pour chaque côté et chaque face. Une fois cousus, assemblez endroit contre endroit les deux faces distinctes.
Voir Utiliser un cutter rotatif, *Les coutures zigzag* et *Les coutures surjet*.



2. Épinglez puis bâtissez les deux faces ensemble, envers contre envers. Laissez ouvert le bout de la bande, pour retourner le maillot par la suite.



3. Couchez bien les valeurs de couture chacune d'un côté et non pas dans le même sens. Dans ce cas il y aurait une surépaisseur qui ne serait ni esthétique, ni confortable.

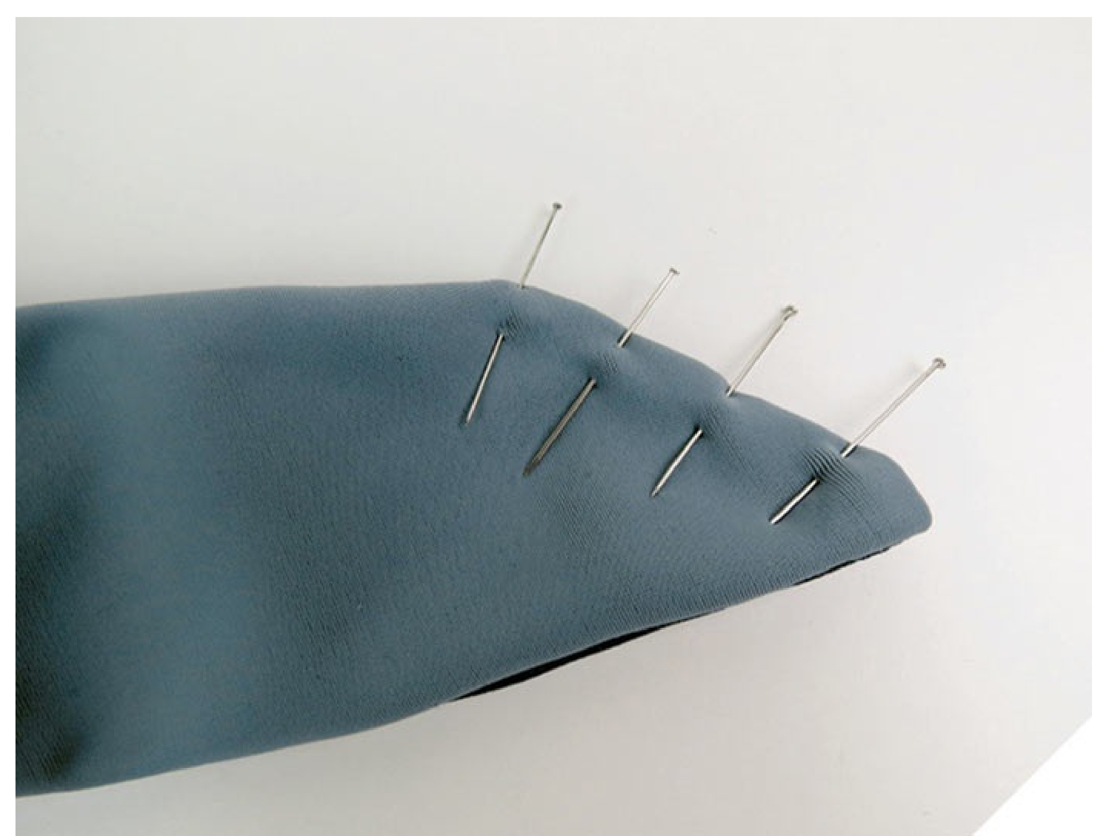


4. Sur ce schéma vous pouvez voir en rouge jusqu'où nous allons poser la laminette.

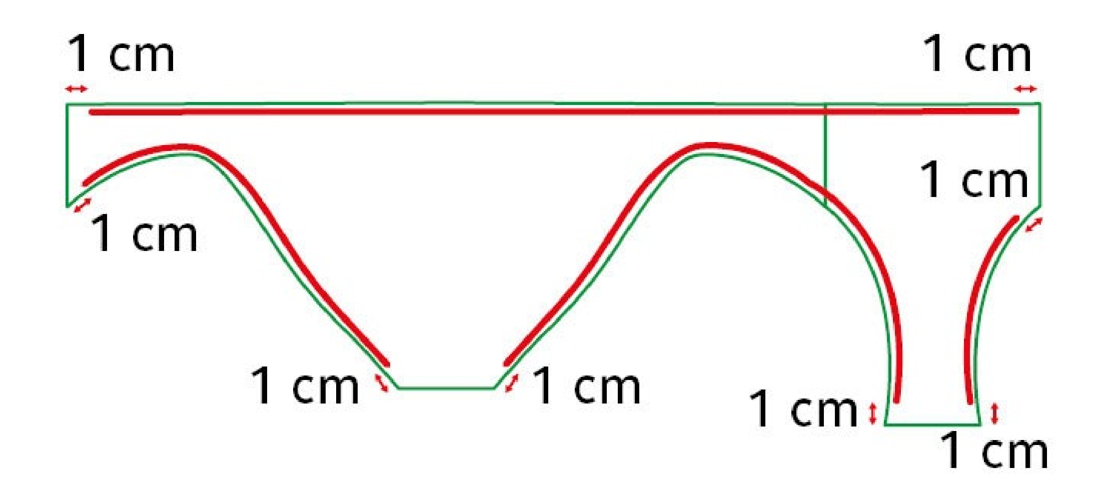
Voir Coudre une laminette.



5. Posez la laminette en surjetant ou en piquant au point stretch. Posez toujours la laminette du même côté, sinon vous risquez de faire tourner la matière lorsque vous retournez le devant. Pour les zones sans laminette, il suffit de continuer à surjeter.



6. Retournez le maillot de bain. Faites ressortir les angles sur les bouts des différentes bandes. Épinglez l’ouverture qui vous a permis de retourner le maillot et réalisez une finition à la main avec un point glissé ou une piqûre nervure au point droit à la machine.



1. Découpez les morceaux. Faites attention à l'envers et l'endroit des tissus. Assemblez séparément, comme sur la brassière, les deux faces avec le devant et le dos. Laissez une ouverture pour retourner le maillot de bain. Sur ce bas, il n'y a pas de doublure maillot de bain qui sert souvent de fond de culotte puisqu'il est réversible. Comme sur la brassière, bâtissez les deux faces ensemble.

Reportez-vous au schéma pour la pose de laminette.

voir Utiliser un cutter rotatif.



2. Posez la laminette en surjetant tout le long.

Posez toujours la laminette du même côté, sinon vous risquez de faire tourner la matière lorsque vous retournez le devant.



3. Une fois la couture de la lamiette effectuée, retournez la culotte sur l’endroit. Assemblez le dos et le devant par la ligne d’entrejambe. Pour cela prenez les deux bouts, endroit contre endroit, et épinglez en spirale jusqu’à que vous ne puissiez plus épingler.



4. Surjetez ou piquez au point stretch cette couture jusqu'à que vous ne puissiez plus surjeter.



5. Retournez, il vous reste une petite ouverture.



6. Épinglez et réalisez une finition à la main avec un point glissé ou une piqûre nervure au point droit à la machine. Effectuez la même opération pour la couture côté de la culotte réversible.

◆ LA GIRLY, LINGERIE

Cet ensemble ravivera les petites poitrines. Il est composé d'un triangle et d'un shorty.
Le triangle est légèrement croisé sur le devant avec une petite trim de dentelle et un large élastique pour un très bon maintien. Le shorty est sans couture ni élastique aux fesses pour un meilleur confort. Il vous accompagnera dans votre quotidien ou chez vous, dans votre intérieur avec un bon livre et une tasse de thé.



Matériel

- **80 cm de tissu stretch en 1 m 40**
- **30 cm de résille nude en 1 m 40**
- **20 cm de jersey de coton pour le fond de culotte**
- **1 m 50 d'élastique simple ou plat**
- **1 m de biais élastique**
- **1 m d'élastique large**
- **1 m 30 de bretelle**
- **2 réglettes**
- **2 anneaux**

Techniques utilisées

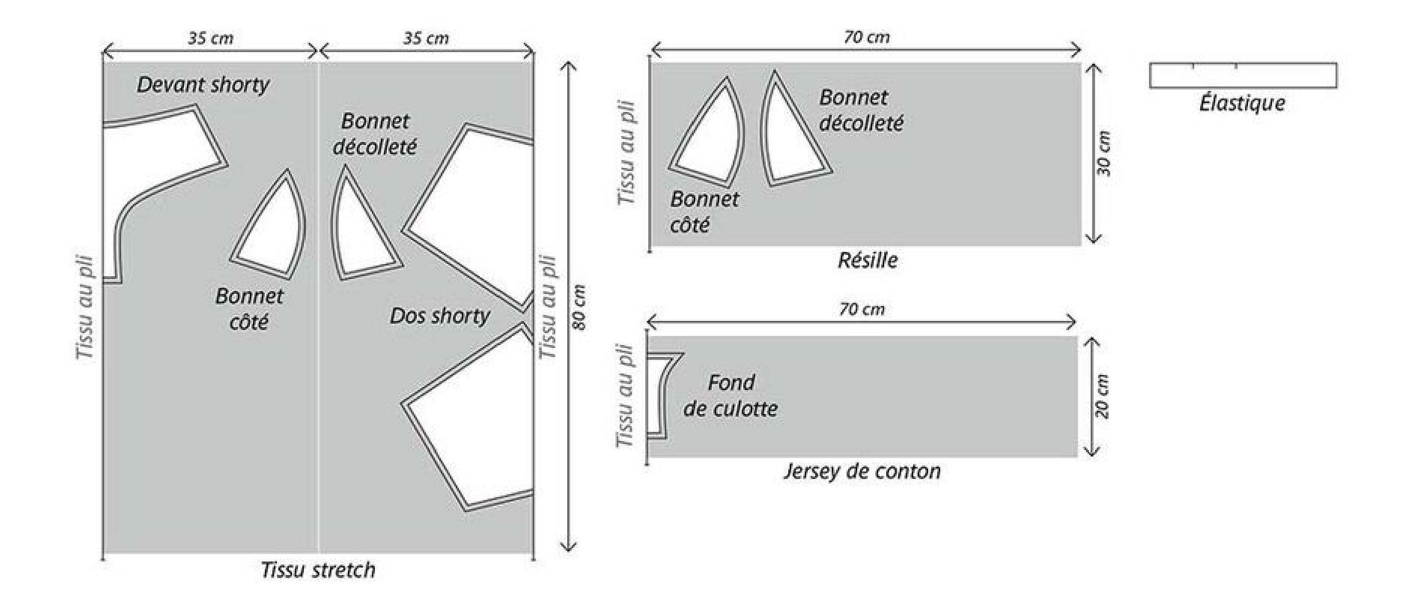
- ***Coudre un élastique plat en interne***
- ***Coudre un biais élastique***
- ***Les jonctions des élastiques***
- ***Sans couture, sans élastique***
- ***La doublure bonnet du triangle***
- ***Coudre une trim de dentelle***
- ***Le montage de la bretelle***

Instructions de coupe

Patron tracé en rose / planche Lingerie

Si vous utilisez un tissu à motifs, comme sur le modèle, faites attention au sens de celui-ci sur vos 4 morceaux pour retrouver une harmonie dans le triangle.

Attention de ne pas vous mélanger les morceaux bonnets, partie décolleté et sur les côtés, placez un repère de couleur. Vous pouvez aussi vous amuser à changer de couleur entre la partie décolleté et la partie coté.





LE TRIANGLE

Coupez les différents morceaux. N'oubliez pas la résille pour les doublures bonnets. Doublez les bonnets en surjetant la pince poitrine.
Voir La doublure bonnet du triangle et *Coudre une trim de dentelle*.

Posez l'élastique interne uniquement sur le côté décolleté de vos bonnets.
Voir Coudre un élastique plat en interne.

Posez le biais élastique sur les côtés extérieurs des bonnets, en laissant 1,5 cm au-dessus du bonnet, pour pouvoir le retourner et poser l'anneau et la bretelle.
Voir Coudre un biais élastique.

Réalisez ces étapes sur les deux bonnets. Une fois les deux bonnets terminés, passez à la pose de l'élastique large en sous-poitrine.



1. Coupez l'élastique à la bonne dimension. Pour simuler les crans, posez des épingles. Ne coupez jamais un élastique à l'horizontale, car celui-ci se défera de ses fibres et perdra son élasticité. Prenez une règle et un stylo effaçable et tracez un trait à 0,8 cm du bord de l'élastique.



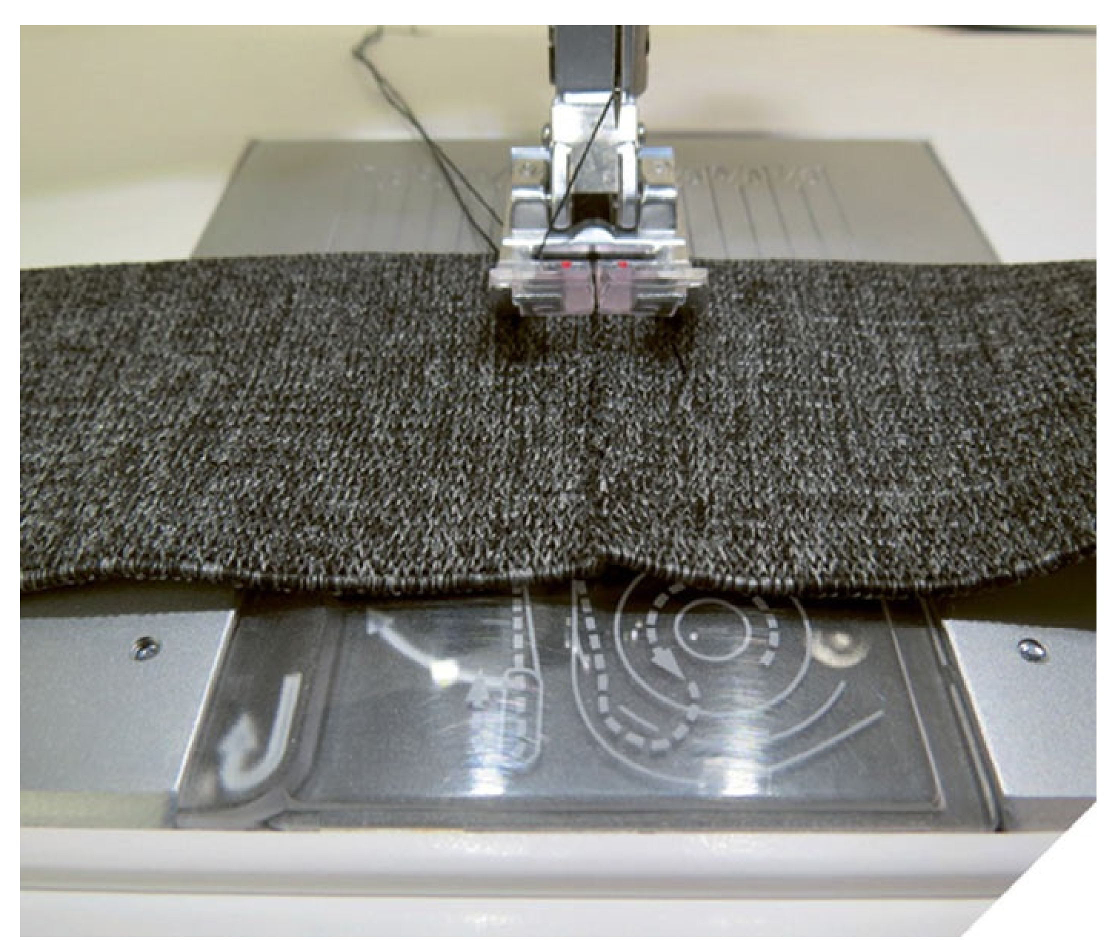
2. Alignez les bonnets sur le tracé et épinglez-les en les croisant sur le devant pour que les élastiques internes des bonnets soient bord à bord. Les trims de dentelle viendront se croiser. Respectez bien les crans et répartissez l'embu entre le cran du milieu et le cran du côté.



3. Réalisez un point zigzag sur les deux bonnets, coupez ce qui dépasse pour un rendu net et propre. Si vous le souhaitez, vous pouvez aussi surjeter les bonnets avant de les poser, mais attention aux surépaisseurs.



4. Fermez la bande sous-poitrine par les deux extrémités de l'élastique large.



5. Cousez en point zigzag très serré à cheval sur les deux extrémités.



6. Coupez les petits fils qui dépassent. Si vous le souhaitez, réalisez deux points bourdons aux deux extrémités de la couture pour la renforcer. *Voir Le montage de la bretelle*.

Juste après avoir coupé les petits fils, passez une petite flamme dessus. Tamponnez avec vos doigts, sans vous brûler. Cela arrêtera vos fils et les « collera » à votre élastique large.



Découpez le devant au pli et les dos et préparez votre dos. *Voir Sans couture, sans élastique*. Cousez au petit point zigzag la trim de dentelle sur l'entrejambe devant. *Voir Coudre une trim de dentelle*. Superposez de 0,5 cm le trim sur le devant tissu. Alignez le « creux » de la trim de dentelle (la partie la moins large) avec la couture coté.



1. Épinglez le fond de culotte sur le devant.



2. Posez les élastiques internes comme sur les bonnets du triangle.

Voir Coudre un élastique plat en interne.



3. Prenez le devant et glissez-le à l'intérieur du dos, endroit contre en endroit.



4. Épinglez et faites bien attention à coucher les valeurs de couture surjet chacunes d'un côté pour éviter les surépaisseurs.



5. Une fois que tout est épinglé, surjetez ou piquez le tout au point stretch. Si vous le souhaitez, vous pouvez bâtir avant de surjeter.



6. Retournez la culotte. Toutes les coutures sont à l'intérieur. Il n'y aura donc aucune gêne avec des aspérités à l'intérieur ou à l'extérieur. Posez le biais en deux fois pour une meilleure jonction.

Voir Coudre un biais élastique.

Voir Les jonctions des élastiques.

◆ LA GIRLY, MAILLOT DE BAIN

Voici le fameux bikini, l'incontournable des plages et des piscines !
Nous allons mixer un haut bikini avec un shorty. Nous allons lui apporter une petite touche personnelle avec des « spaghettis » tressés et de petits trésors perdus…



Matériel

- **80 cm de Lycra mat en 1 m 40**
- **50 cm de doublure mousse en 1 m 40**
- **2 m de laminette**
- **Petites pampilles, perles, boutons…**

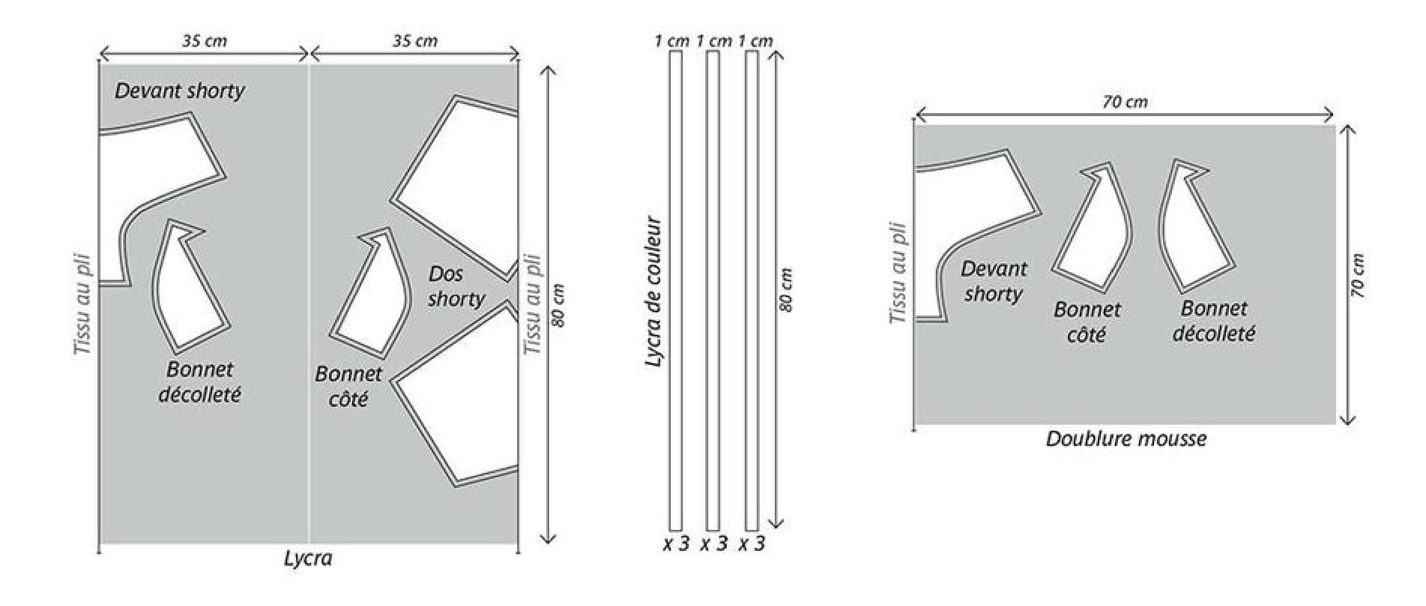
Techniques utilisées

- ***Sans couture, sans élastique***
- ***La doublure bonnet du triangle***
- ***Coudre une laminette***
- ***Utiliser un cutter rotatif***
- ***Faire ses spaghetti***

Instructions de coupe

Patron tracé en rose / planche Maillot de bain

La grande élasticité de la doublure mousse est un avantage mais ne facilite pas sa découpe et son utilisation. Je vous conseille de bien la repasser avant de couper les morceaux. Au moment de la coupe, enlevez 0,5 cm pour qu'elle soit légèrement plus petite.





Découpez les morceaux en Lycra et la doublure du maillot de bain. Doublez les bonnets avec la même technique que le triangle.

Voir La doublure bonnet du triangle.

Bâtissez la doublure maillot de bain au Lycra. Posez la laminette mais arrêtez-vous juste avant l'angle du petit triangle pour éviter les épaisseurs.

Voir Coudre une laminette.



1. Rabattez l'élastique et effectuez une couture zigzag en trois points, sur tout le long du bonnet.

Voir Coudre une laminette.



2. Réalisez ces différentes coutures sur les deux côtés du bonnet, pour les deux bonnets.



3. Rabattez de 2 cm sur le haut du bonnet et de 2 cm sur le bas du bonnet.



4. Cousez au point zigzag en trois points pour avoir une homogénéité sur le devant du bonnet. Si vous le souhaitez, utilisez un fil de couleur contrastée pour un côté plus fun !



5. Une fois le bonnet rabattu et cousu, passez les spaghettis tressés à l'intérieur du haut du bonnet pour les bretelles et sur le bas du bonnet pour le maintien sous poitrine à l'aide d'une épingle de nourrice.

Voir Faire ses bretelles spaghetti.



6. Une fois vos liens bretelles passés, terminez-les.



Découpez les morceaux de Lycra et la doublure du maillot de bain. Épinglez le devant doublure sur le devant tissu et bâtissez tout le tour du devant. Posez la laminette en la surjetant ou en la piquant au point stretch.
Voir Coudre une laminette.
Rabattez et cousez au point zigzag en trois points. Assemblez le devant et le dos comme sur le shorty lingerie.
Voir La girly lingerie et *Sans couture, sans élastique*.
Retournez le shorty.



1. Épinglez le tour de taille, pour que les couches de tissu soient bien prises ensemble lors de la couture. Si vous le souhaitez, vous pouvez bâtir.



2. Posez la laminette sur le tour de hanche.

N'hésitez pas à effectuer une légère tension, il faut que le shorty soit bien maintenu au corps.

Voir Coudre une laminette.



3. Vérifiez que toutes les épaisseurs sont bien prises dans le surjet et qu'il est net. Si vous utilisez le surjet machine, recoupez bien tout autour.



4. Rabattez et finissez comme sur les cuisses par un point zigzag en trois points.

Voir Coudre une laminette.



5. Pour un rendu très propre quand vous réalisez votre couture zigzag en trois points, utilisez la couleur de votre tissu en fil de cannette et la couleur de votre surjet en bobine.

◆ LA JOUEUSE, LINGERIE

Le body en dentelle joue avec la superposition et la transparence. Il vous accompagnera sous une chemise, avec un jean taille haute où alors un soir de Saint Valentin... Il est en deux parties avec une culotte taille haute qui vient épouser les hanches, un dos entièrement en transparence et un devant croisé en dentelle.



Matériel

- **1 m de résille en 1 m 40**
- **1 m de galon de dentelle, soit un galon de dentelle, soit une laize**
- **Si vous prenez un galon, faites attention à la largeur du galon. La plus grande taille nécessite 26 cm de large sans valeur de couture.**
- **20 cm de jersey de coton pour le fond de culotte**
- **2 m de passepoil élastique**
- **1 paire d'attache body ou d'attache pression au mètre**

Techniques utilisées

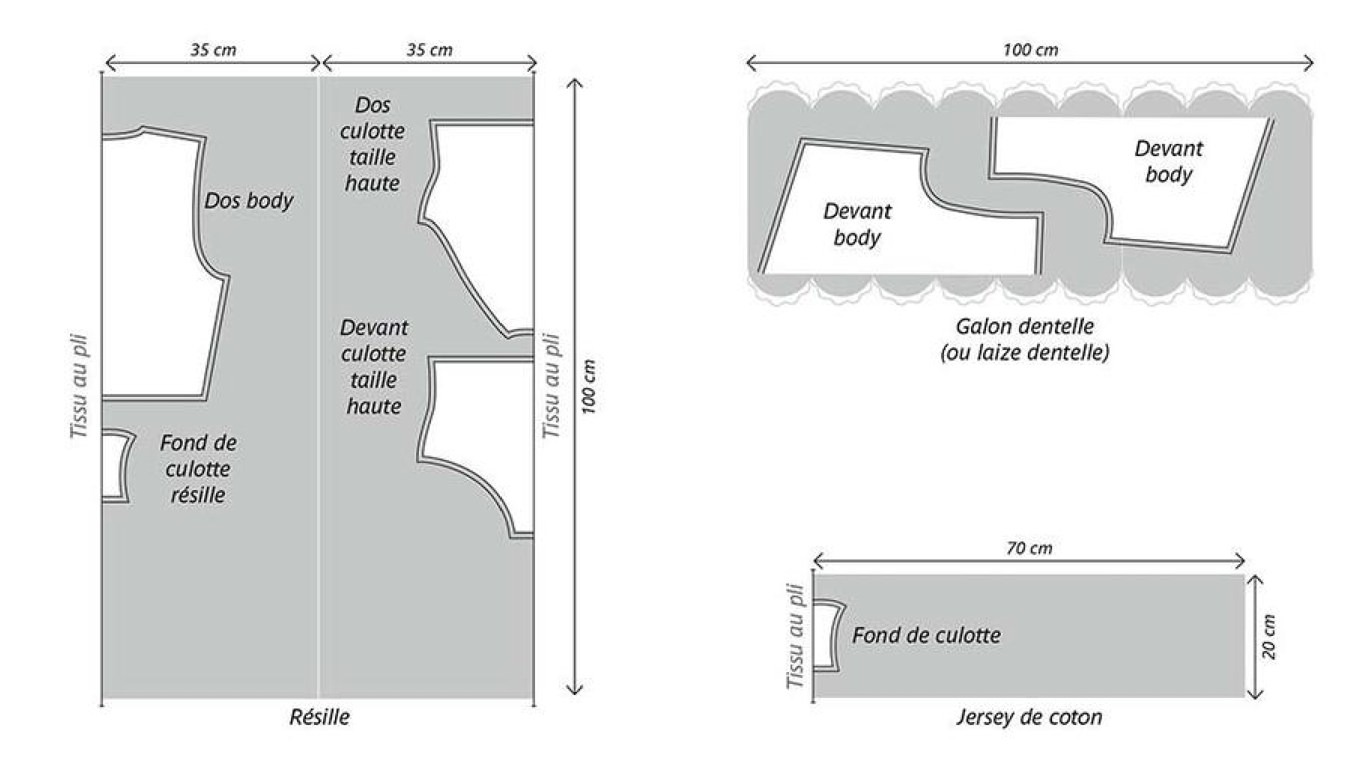
- ***Les coutures zigzag***
- ***Les coutures surjet***
- ***Coudre un élastique simple ou sans bordure***
- ***Coudre un élastique avec picots***
- ***Les jonctions des élastiques***
- ***Le montage de l'attache body***
- ***Utiliser un cutter rotatif***

Instructions de coupe

Patron tracé en rose foncé / planche Lingerie

N'ayez pas peur de découper de la dentelle, regardez bien le motif, la composition des dents de la dentelle, les répétitions…

Pour obtenir des devants identiques au niveau des dents de la dentelle, placez exactement vos patrons de la même manière. Partez bien du même creux de dents de dentelle sur la ligne d'épaule.



L'avantage de ce body est de pouvoir mixer comme vous le souhaitez les matières et les jeux de transparence. Imaginez-le dans une petite viscose, ou alors un jersey de coton, il peut se mettre tous les jours en top. Optez sinon pour une fine dentelle qui habillera votre décolleté.

LA CULOTTE TAILLE HAUTE

Découpez les différents morceaux. N’oubliez pas le fond de culotte.



1. Prenez le dos, le fond de culotte en coton et le fond de culotte en résille.

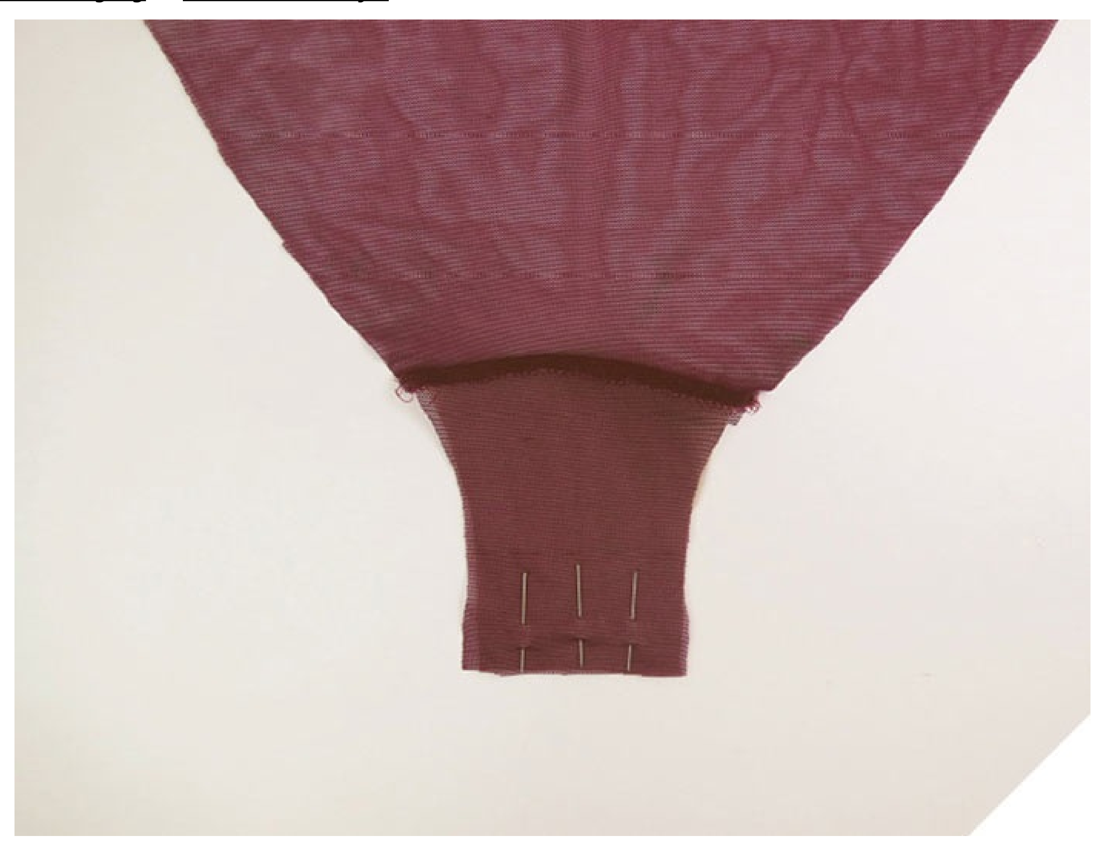


2. Épinglez le fond de culotte en coton, endroit contre envers du dos body et par-dessus, endroit fond de culotte résille contre endroit dos body.



3. Surjetez ou piquez au point stretch et rabattez le fond de culotte.

Voir Les coutures zigzag et *Les coutures surjet*.



4. Épinglez au niveau de l’entrejambe pour maintenir ensemble le fond de culotte en coton et le fond de culotte en résille.



5. Épinglez, bâtissez et surjetez le devant avec le dos, endroit contre endroit. Attention, la résille bouge, pensez à bien épingler.



6. Posez le passepoil élastique exactement de la même manière que l'élastique avec picots.

Voir Coudre un élastique avec picots.

Posez l'attache body.

Voir Le montage de l'attache body.



Découpez les différents morceaux. Pour que la découpe de la dentelle soit esthétique, veillez à ce que les dents soient positionnées de la même manière, lors des deux découpes. Et n'oubliez pas les crans !



1. Posez le passepoil élastique uniquement sur la partie dos, exactement de la même manière que l'élastique avec picots.

Voir Coudre un élastique avec picots.



2. Positionnez les deux devants de dentelle, épinglez sur la ligne d'épaule et sur les côtés, endroit dentelle contre endroit résille dos. Surjetez ou piquez au point stretch.



3. Posez le passepoil élastique sur l'emmanchure. Je vous conseille de faire la superposition sous l'emmanchure.

Voir Les jonctions des élastiques.



4. Pour apporter un renfort sur une zone de tension, réalisez un petit point bourdon au niveau de la ligne d'épaule en fixant le passepoil élastique et la dentelle.



5. Assemblez le bas et le haut ensemble par la ligne de taille, endroit contre endroit. Respectez bien les crans effectués pendant la découpe des morceaux. Bâtissez et surjetez le tour de taille.



6. Si vous souhaitez être plus maintenue au niveau de la taille, vous pouvez coudre un élastique sur la ligne de taille. Sur le surjet de la couture taille, réalisez votre première couture en point zigzag. Rabattez vers le bas en emprisonnant la valeur de couture et réalisez un point zigzag simple ou trois points pour une finition couture.

Voir Coudre un élastique simple ou sans bordure.

◆ LA JOUEUSE, MAILLOT DE BAIN

Le maillot de bain une pièce est un indispensable de sa garde-robe d'été. Il sera parfait pour nager ou vous prélasser au soleil… Ce maillot de bain croisé sur le devant et dans le dos, entièrement doublé, est très confortable au porté et apporte un vrai maintien pour tout type de poitrine. On peut jouer avec les différentes bandes : brillantes, mates, fleuries… Faites-vous plaisir, c'est l'été dans votre atelier !



Matériel

- **1 m de Lycra mat en 1 m 40 de large**
- **50 cm de Lycra brillant en 1 m 40 de large**
- **1 m de doublure mousse**
- **4 m de laminette**

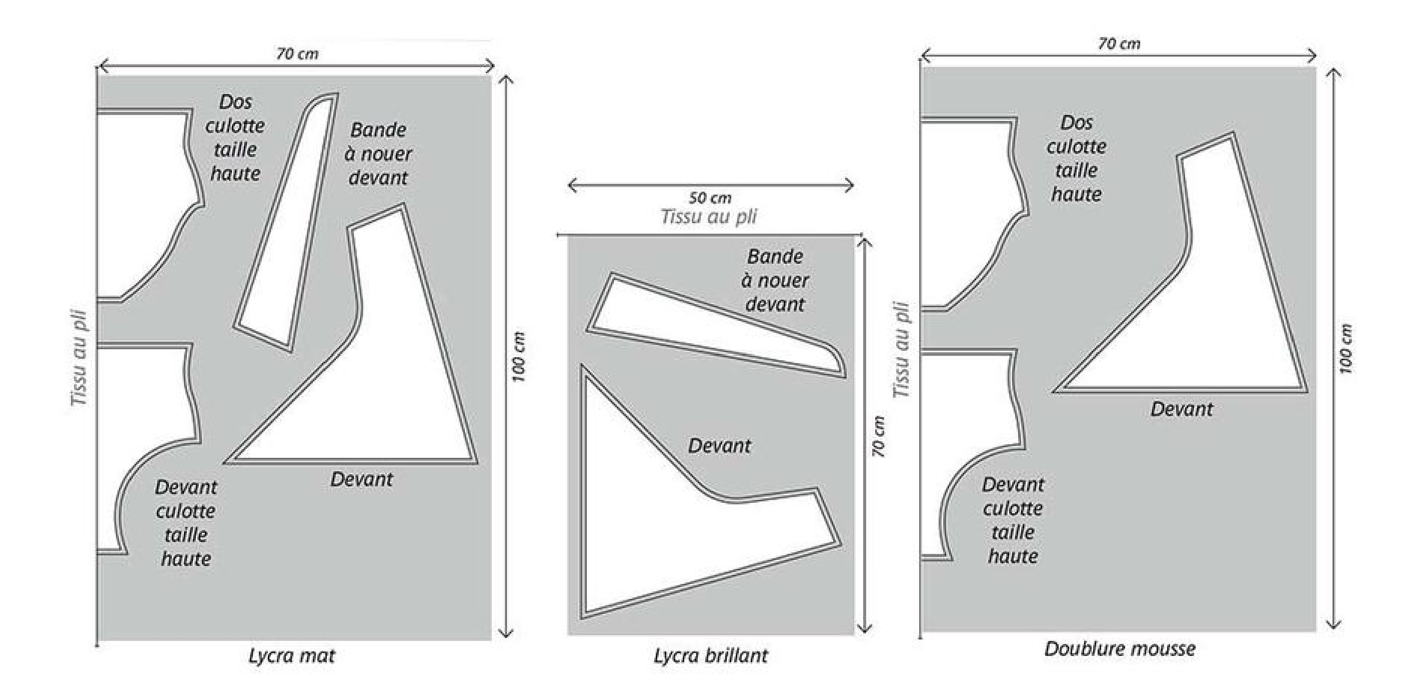
Techniques utilisées

- ***Les coutures zigzag***
- ***Les coutures surjet***
- ***Utiliser un cutter rotatif***
- ***Coudre une laminette***
- ***Coudre une doublure maillot de bain***
- ***Coudre une bande à nouer au maillot***
- ***Coudre une doublure mousse sur une culotte***

Instructions de coupe

Patron tracé en rose foncé / planche Maillot de bain

N'oubliez pas de couper les bandes en quatre fois.



L'avantage de ce maillot de bain est de pouvoir utiliser le bas du maillot pour réaliser une culotte taille haute. En prenant le patron du bas et en faisant le montage d'une culotte standard, le tour est joué !

LA CULOTTE TAILLE HAUTE

Découpez les différents morceaux de Lycra et doublure de maillot de bain. Assemblez la doublure de maillot de bain et le tissu.
Voir Coudre une doublure maillot de bain.



1. Épinglez les tours de cuisses et le tour de taille.

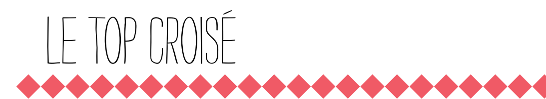


2. Bâtissez.



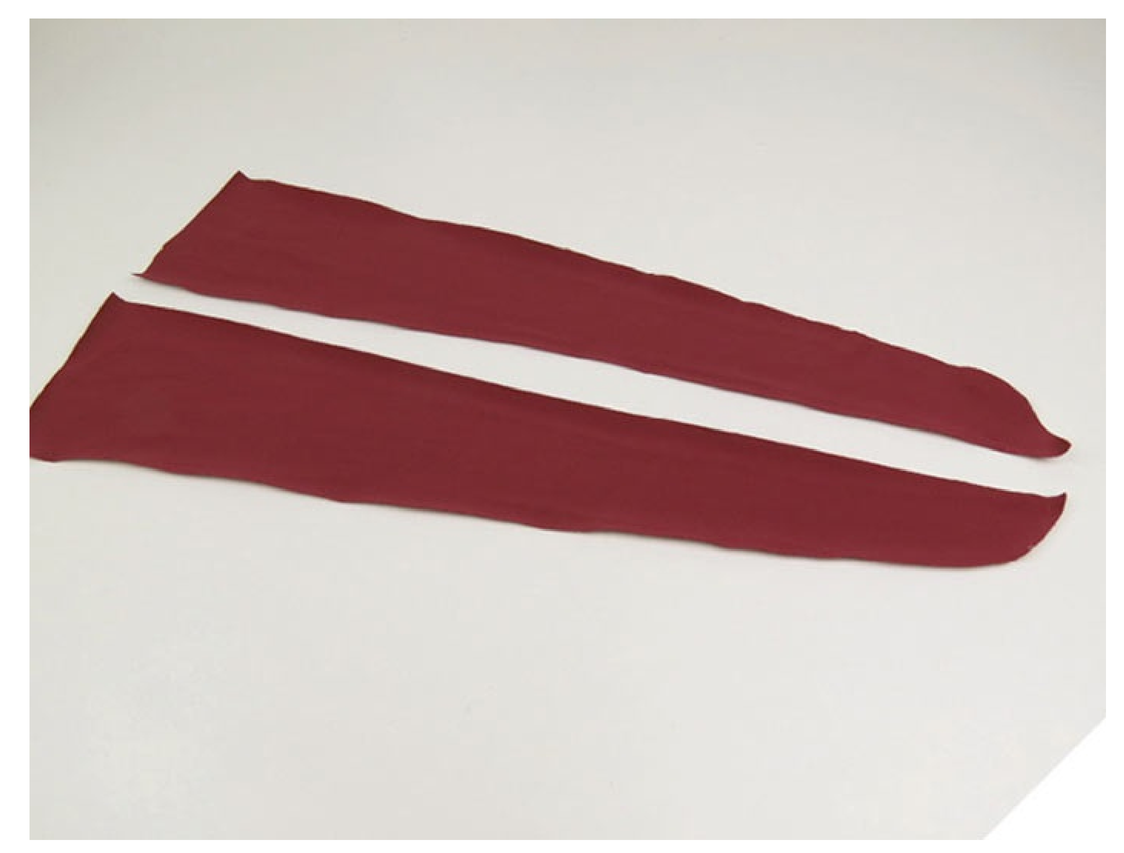
3. Posez la laminette en surjetant ou en piquant au point stretch les deux tours de cuisses. Rabattez et effectuez votre point zigzag en trois points.

Voir Coudre une laminette.



LE TOP CROISÉ

Découpez les différents morceaux. Assemblez le devant à la doublure maillot de bain.
Voir Coudre une doublure maillot de bain.



1. Découpez les quatre bandes, qui vont servir à nouer le haut du maillot de bain. Ici nous réalisons une seule bande à nouer, il faudra réaliser la deuxième de la même manière. Vous pouvez vous faire plaisir en mixant couleurs et motifs.



2. Épinglez et bâtissez. Surjetez ou piquez au point stretch les bandes endroit contre endroit. Une fois les deux bandes à nouer réalisées, assemblez-les sur les deux lignes d'épaules.

Voir *Coudre une bande à nouer au maillot*.



3. Assemblez le haut avec le bas, épinglez tout autour. Faites bien attention aux différents crans.



4. Il y a plusieurs épaisseurs. Faites bien attention de les prendre toutes et de ne pas en oublier.



5. Bâtissez pour vous assurer que tous les morceaux sont assemblés et surjetez ou piquez au point stretch. Si vous souhaitez ajouter une laminette à la taille, pour un maintien plus fort, posez la laminette en même temps que vous surjetez, exactement comme pour le haut du maillot de bain et les tours de cuisses. N'oubliez pas que votre laminette doit être emprisonnée et ne doit jamais être en contact avec la peau. Une fois la laminette posée par le surjet ou le point stretch, rabattez comme pour le tour de cuisse en point zigzag en trois points.

Voir Les coutures zigzag, *Les coutures surjet* et *Coudre une laminette*.



6. Si vous ne désirez pas mettre une laminette à la taille, vous pouvez tout simplement rabattre vers le bas (vers la culotte, pour éviter les épaisseurs) la valeur de surjet ou de point stretch par un point zigzag en trois points. Le double entraînement (le pied noir derrière le pied de biche) permet un « avancement » régulier malgré les épaisseurs. Le point zigzag en trois points ne présente pas d'imperfection sur l'endroit du tissu.

◆ LA DÉLICATE, LINGERIE

Nous allons créer l'incontournable ensemble de lingerie, composé d'un soutien-gorge avec armatures et d'un tanga avec dos en dentelle qui sublimera vos fesses. Le soutien-gorge avec armature est un soutien-gorge avec basque dit classique ou couvrant. Cette forme est parfaite pour les poitrines plus généreuses.



Matériel

- **1 m de galon de dentelle**
- 25 cm de marquisette en 1 m 40
- 50 cm de résille en 1 m 40
- 20 cm de jersey de coton pour le fond de culotte
- 2 m de passepoil élastique
- 1 m d'élastique simple de 1 cm de large pour l'élastique sous poitrine
- 2 m d'élastique simple ou plat d'environ 0,5 cm de large
- 1 m de protège armature/ baleine
- 50 cm de baleine souple
- 1 paire d'armature
- 1 attache / agrafe soutien-gorge de 3,5 cm de large
- 2 réglettes
- 4 anneaux

Techniques utilisées

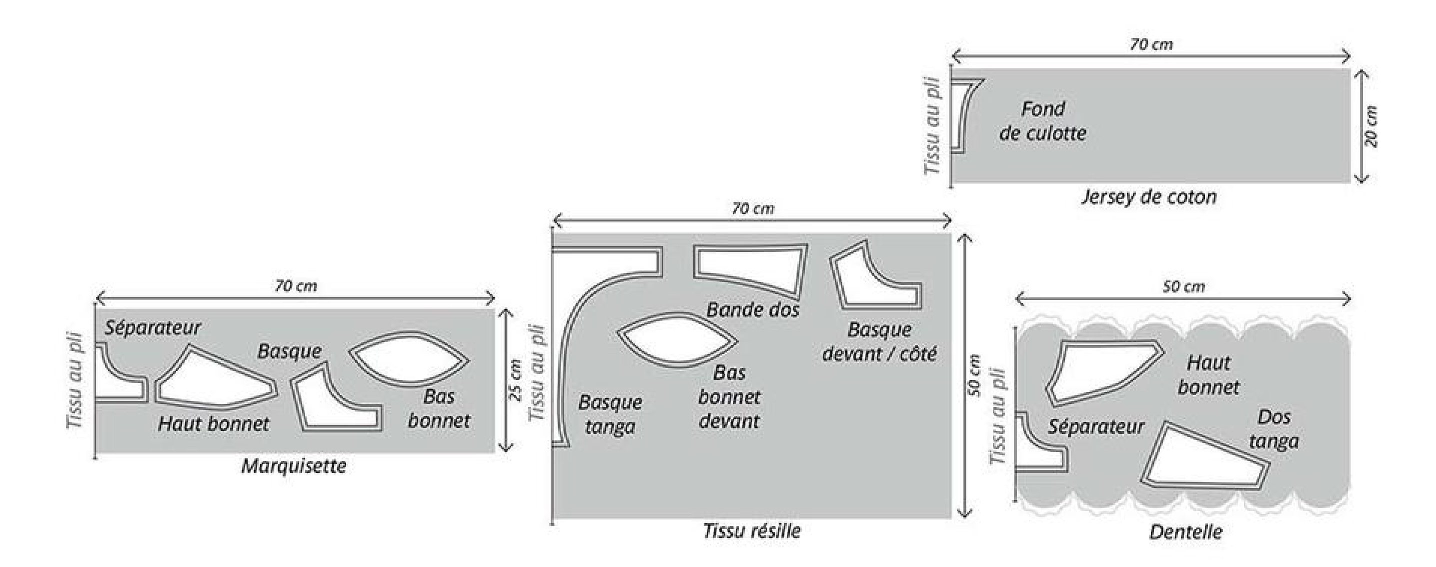
- *Coudre un élastique plat en interne*
- *Coudre un élastique simple ou sans bordure*
- *Coudre un élastique avec picots*
- *La doublure bonnet soutien-gorge*
- *Coudre un protège armature*
- *Coudre une attache soutien-gorge*
- *Le montage de la bretelle*

Instructions de coupe

Patron tracé en gris / planche Lingerie

Attention à la découpe de la dentelle, utilisez des ciseaux bien aiguisés et des épingles extra-fines.

Essayez de respecter la symétrie de la dentelle.

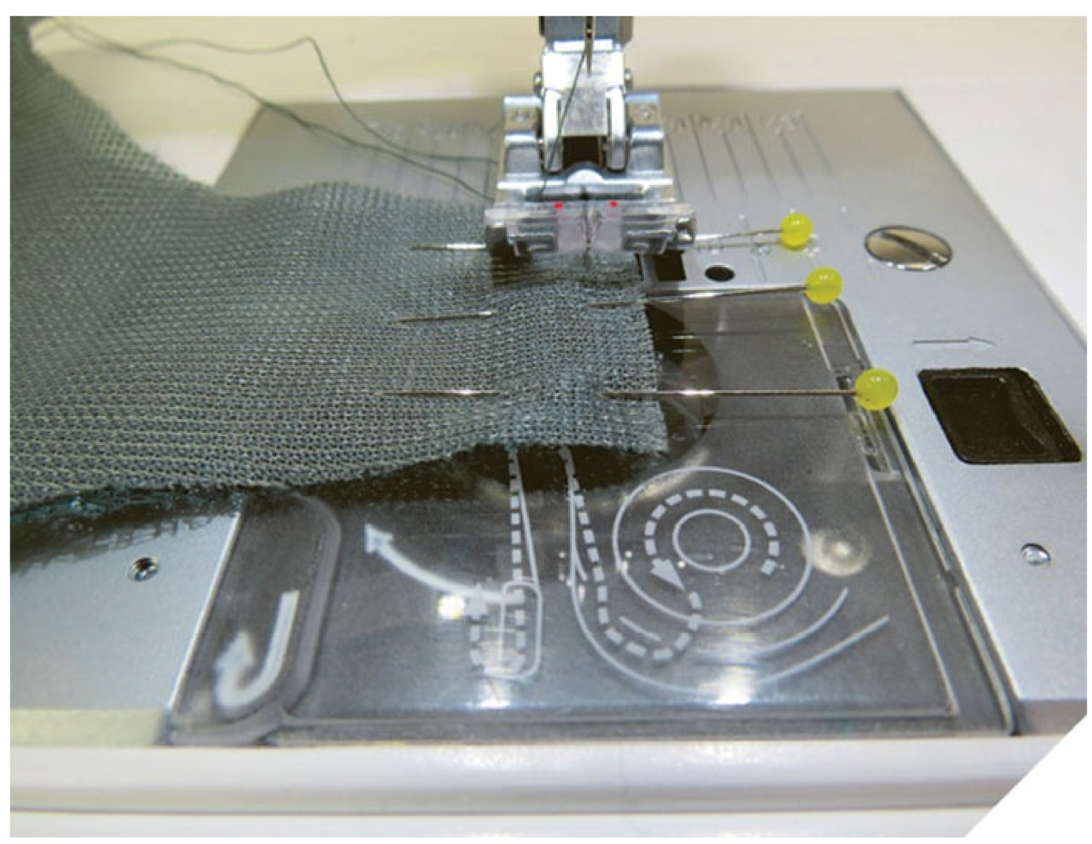


Retrouvez une variante avec dos cheminée de La délicate sur *le site d'Artesane* !

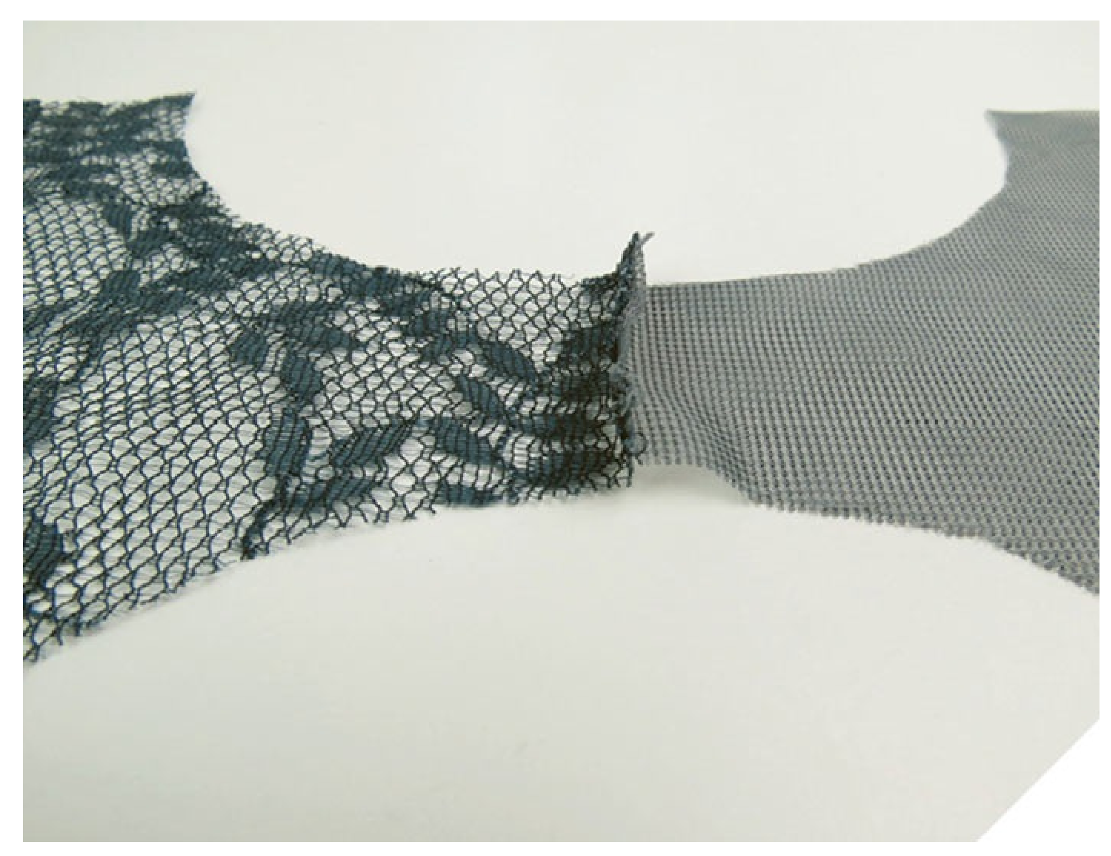




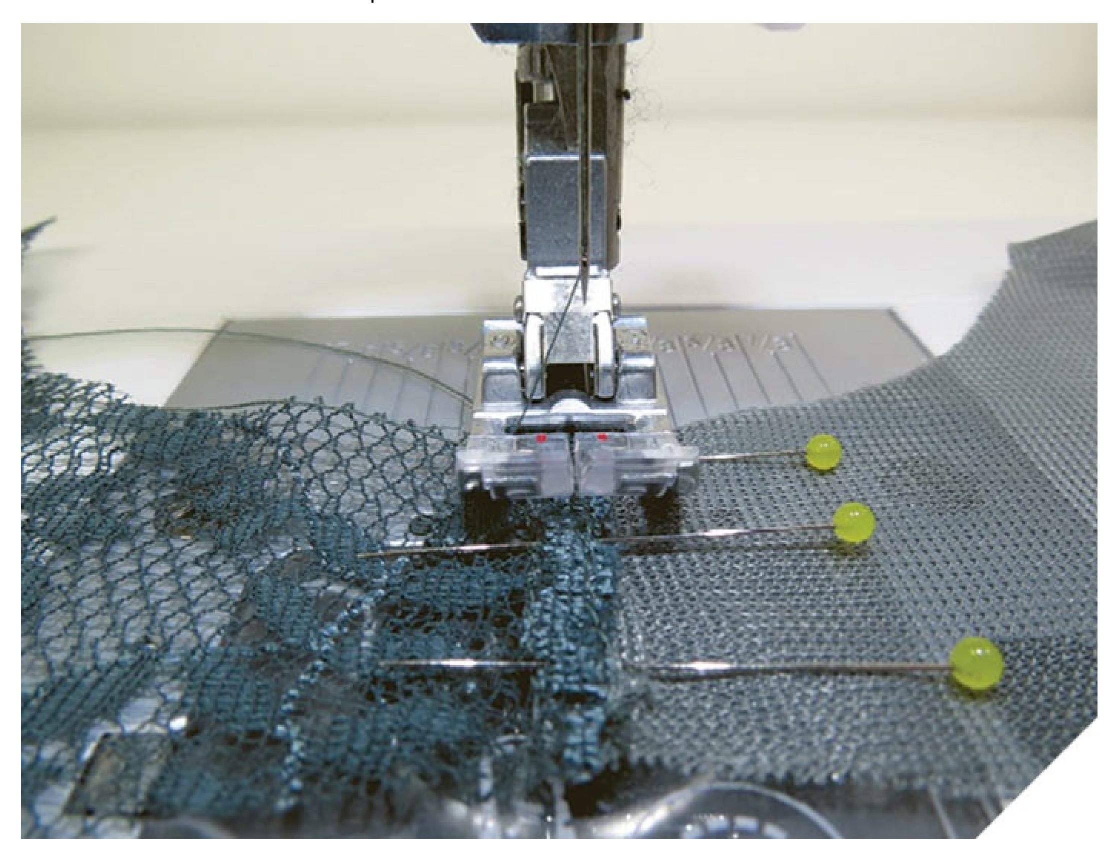
1. Découpez les différents morceaux. N'oubliez pas les morceaux de marquisette. Épinglez endroit contre endroit le séparateur dentelle et la marquisette.



2. Réalisez une piqûre droite à 0,5 cm du bord du tissu. N'oubliez pas les points d'arrêts.



3. Couchez la valeur de couture sur la marquisette.



4. Cousez à environ 0,3 cm de la couture.

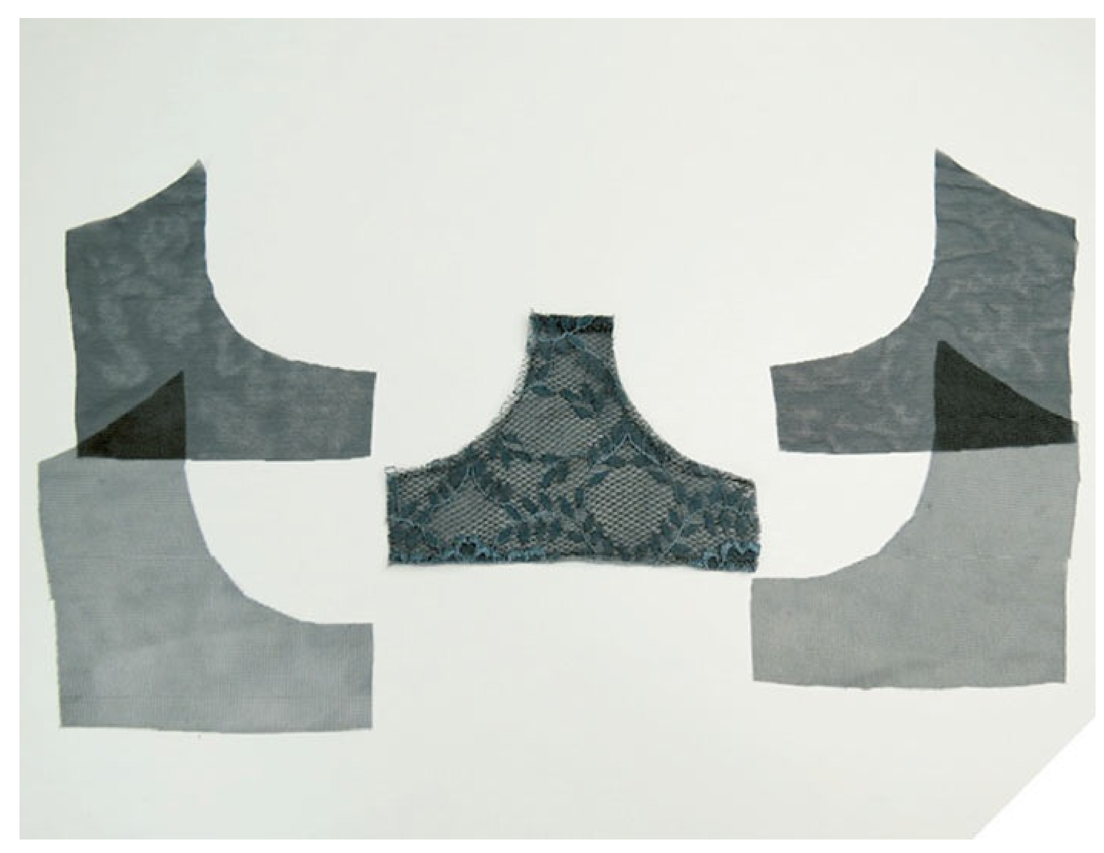


5. Vérifiez la couture, repassez légèrement.

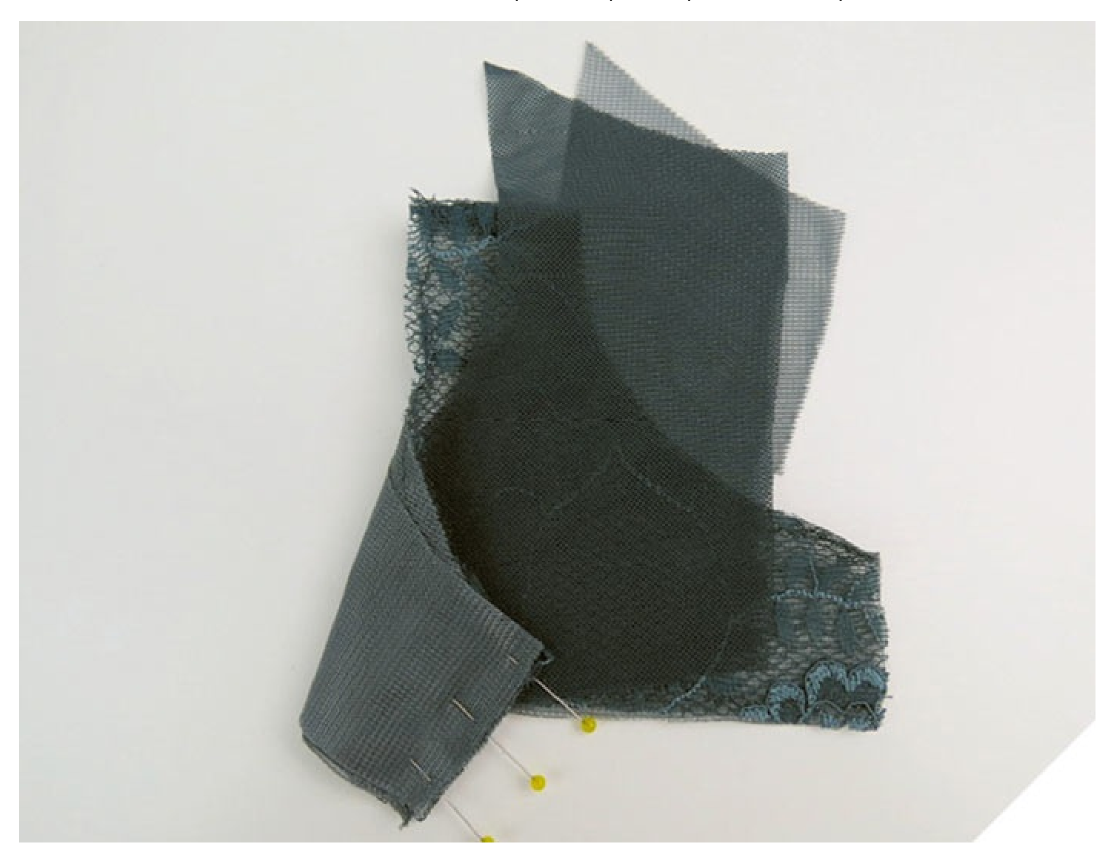


6. Rabattez le tissu envers contre envers, épinglez et bâtissez.

LE SOUTIEN-GORGE, MONTER LE SÉPARATEUR AVEC LE CÔTÉ ET LA MARQUISETTE



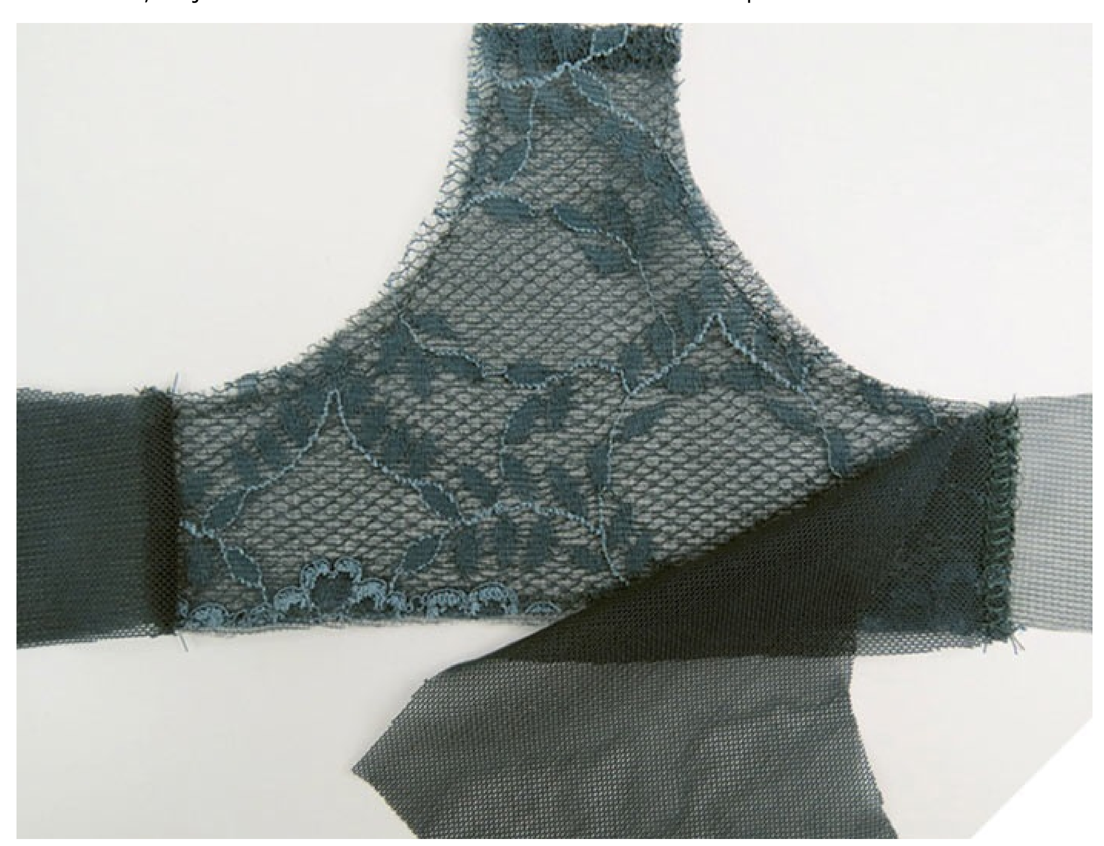
1. Découpez les différents morceaux de résille et de marquisette qui composent la basque.



2. Épinglez en sandwich, le côté résille endroit contre endroit avec le séparateur dentelle puis le côté marquisette endroit contre endroit avec le séparateur marquisette.



3. Épinglez l’autre côté, surjetez les deux coutures ou réalisez une couture en point droit.



4. Comme pour le séparateur, plaquez la valeur de couture sur le côté marquisette.



5. Réalisez une piqûre droite, n’oubliez pas les points d’arrêts.



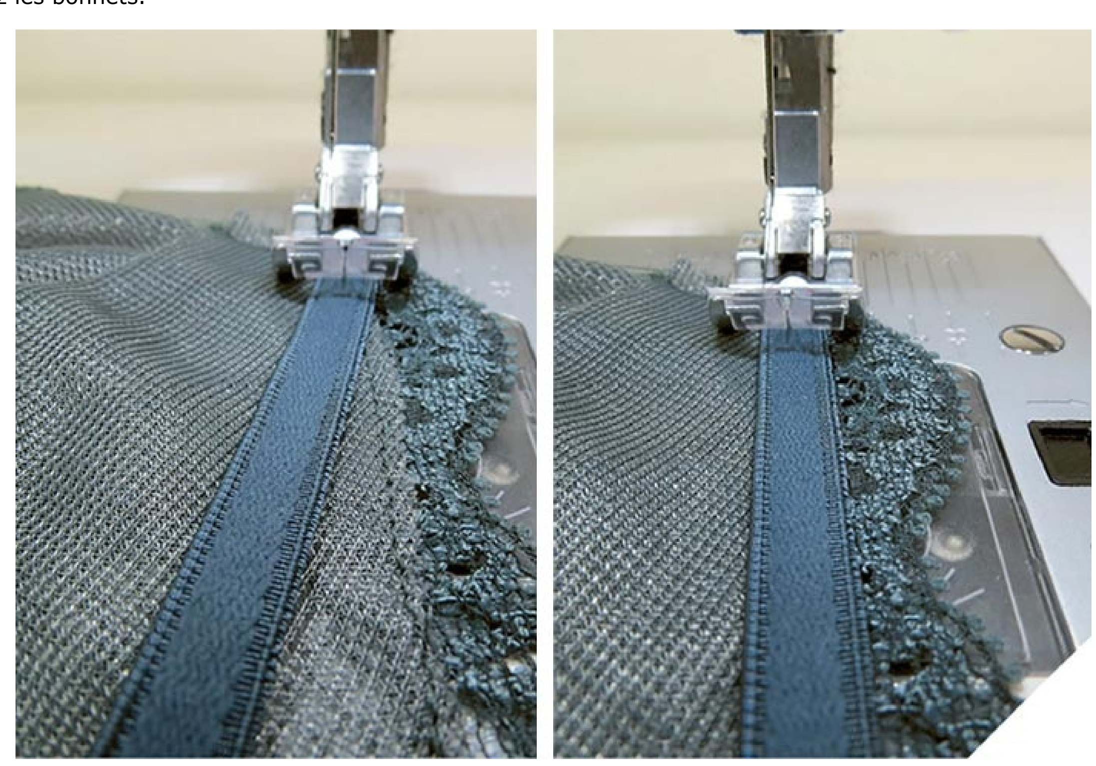
6. Épinglez les deux côtés de la basque et bâtissez pour maintenir la résille avec la marquisette.

LE SOUTIEN-GORGE, MONTER LE BONNET

Découpez les différents morceaux qui composent le bonnet : haut bonnet tissu, bas bonnet tissu, haut bonnet marquisette, bas bonnet marquisette. Assemblez le bonnet.
Voir La doublure bonnet du soutien-gorge avec armature.



1. Bâtissez les bonnets.



2. Posez l'élastique interne sur le haut bonnet, juste en dessous des dents de dentelle. L'élastique sera légèrement à cheval sur la couture de bâti de la marquisette au haut bonnet dentelle. Créez une très légère tension et appliquez en point zigzag.

Voir Coudre un élastique plat en interne.



3. Réalisez le deuxième bonnet.



4. Vérifiez que les deux bonnets ont reçu une tension similaire et qu’ils font la même taille en les superposant.



5. Épinglez le bonnet à la basque. Pour cela, commencez par épingler les deux extrémités (le bonnet avec la basque côté et le bonnet avec la basque devant au niveau du séparateur). Par la suite, répartissez l'embu. Cousez tout le long à 0,6 cm du bord en piqûre droite.



6. Montez le deuxième bonnet. Attention à la symétrie des deux bonnets, surtout au niveau de l'entre-sein.

LE SOUTIEN-GORGE, MONTAGE DOS À LA BASQUE AVEC POSE DU PROTÈGE BALEINE

Découpez le morceau résille bande dos. Si vous souhaitez renforcer le dos, vous pouvez le doubler avec du powernet, qui est une résille, couleur chair le plus souvent. Elle a une tension « strong », ce qui permet un maintien plus fort.



1. Épinglez et surjetez ou piquez au point stretch les dos à la basque de devant.



2. Nous allons maintenant poser les élastiques au niveau du côté dos et du tour de sous-poitrine.

Pour l'élastique côté dos, vous pouvez utiliser un élastique passepoilé ou à picots qui mesure au minimum 0,6 cm de largeur et 0,8 cm minimum pour l'élastique de sous-poitrine.

Voir Coudre un élastique avec picots.

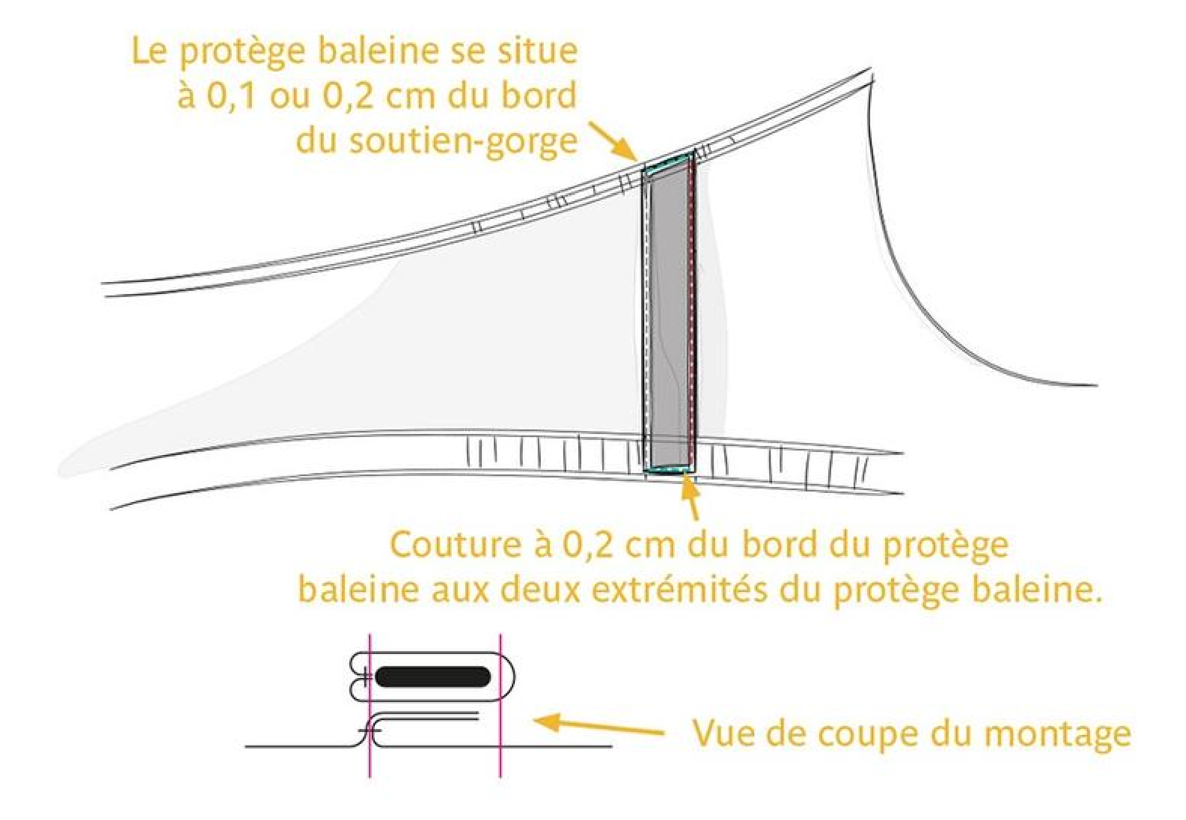
Si vous avez une poitrine plus généreuse, augmentez la largeur des élastiques pour un meilleur maintien.

Quand vous posez les élastiques, attention de bien coucher la valeur de couture vers la basque, vers l'intérieur du soutien-gorge.



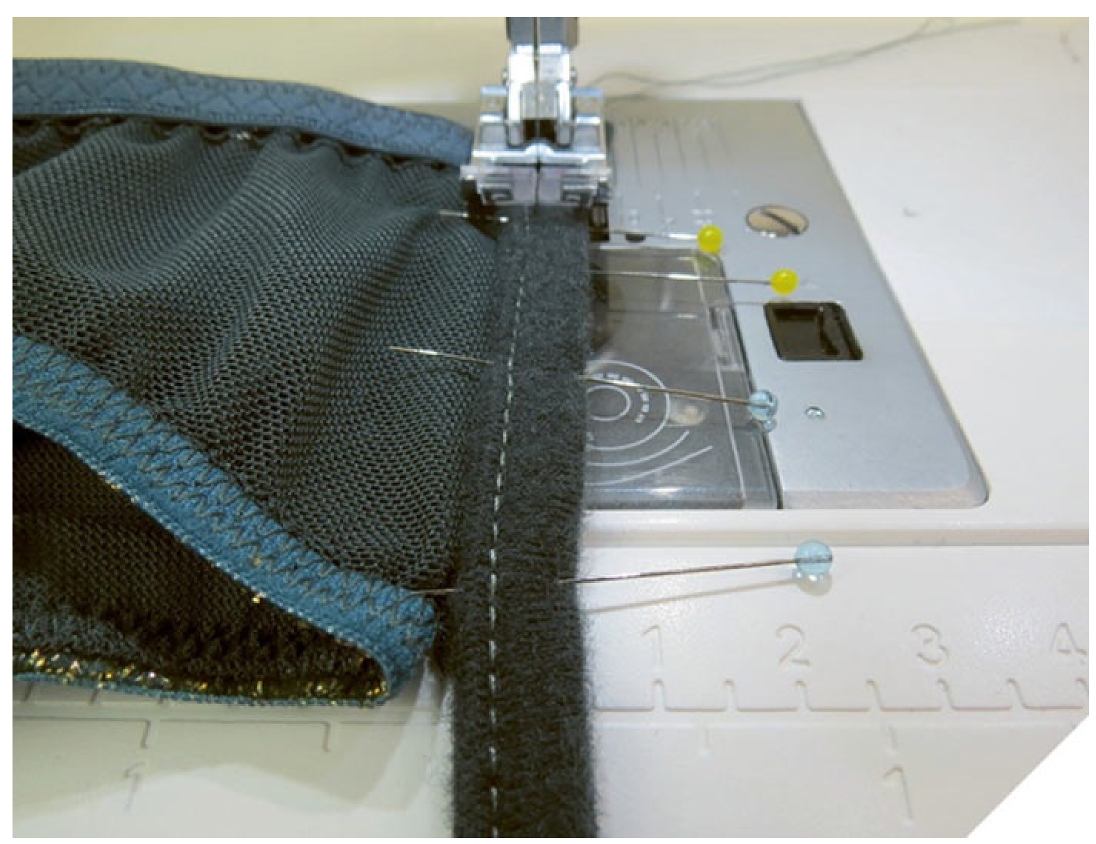
3. Posez le protège baleine de part et d’autre de la basque. Pour cela, effectuez une petite entaille, pour libérer la valeur de couture des élastiques.

Voir *Coudre un protège armature*.





4. Épinglez le protège baleine, envers protège baleine contre la valeur de couture. Laissez dépasser le protège armature de 1 cm de chaque côté.



5. Cousez au point droit. Comme pour la pose du protège armature, il faut respecter sa première couture en dessous pour ne pas avoir un décalage sur l'endroit du soutien-gorge. Cousez sur la surpiqûre existante qui se situe sur le protège baleine et armature.



6. Glissez la baleine souple dans le protège baleine. Coupez l'excédent de la baleine et du protège baleine. La baleine doit être légèrement plus petite que le côté : 0,2 cm en haut et en bas donc 0,4 cm en tout. Le protège baleine est à 0,1 cm en dessous du côté du soutien-gorge pour éviter que celui-ci ne dépasse (voir schéma). Puis couper l'exédent.



1. Rabattez le protège baleine vers la basque. Cousez en point droit tout le long pour créer une surpiqûre. Vous avez la baleine à l'intérieur, cousez au bord de votre protège baleine à la nervure pour éviter que l'aiguille ne se casse au contact de la baleine.



2. Pour fermer le protège baleine, réalisez une surpiqûre droite assez serrée. N'hésitez pas à réaliser deux allers-retours sur la surpiqûre en n'oubliant pas les points d'arrêts. Posez l'attache agrafe dos du soutien-gorge et préparez puis posez les bretelles.



3. _Voir Coudre un protège armature_.

Voir Coudre une attache soutien-gorge.

Voir Le montage de la bretelle.

Une fois que vous avez réalisé les bretelles, fixez-les au niveau du dos. Pour cela, il vous faudra un bout de bretelle de la dimension de votre dos et 1 cm pour la valeur de couture. En partant de l'intérieur de l'attache dos, épinglez à 4,5 cm.

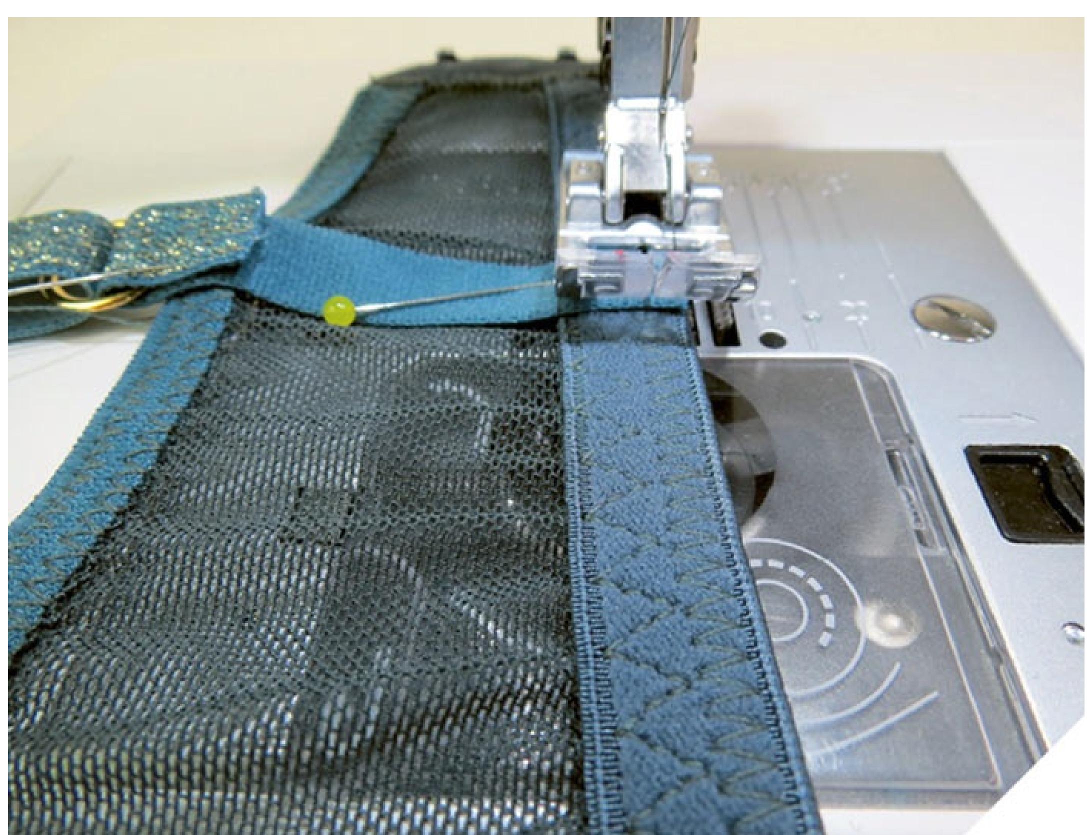


4. Prenez le bout de bretelle et passez-la dans l'anneau, en laissant 1 cm de valeur de couture comme pour le montage bretelle.

Voir Le montage de la bretelle.



5. Épinglez ce bout de bretelle au niveau du repère dos. L'anneau doit se situer juste au-dessus de l'élastique. Épinglez le bas de la bretelle. Cousez au niveau des pointillés comme sur la photo.



6. Réalisez un point droit serré ou un point zigzag serré de part et d'autre de la bretelle. Attention c'est une zone de tension, il faut que celle-ci soit bien fixée.

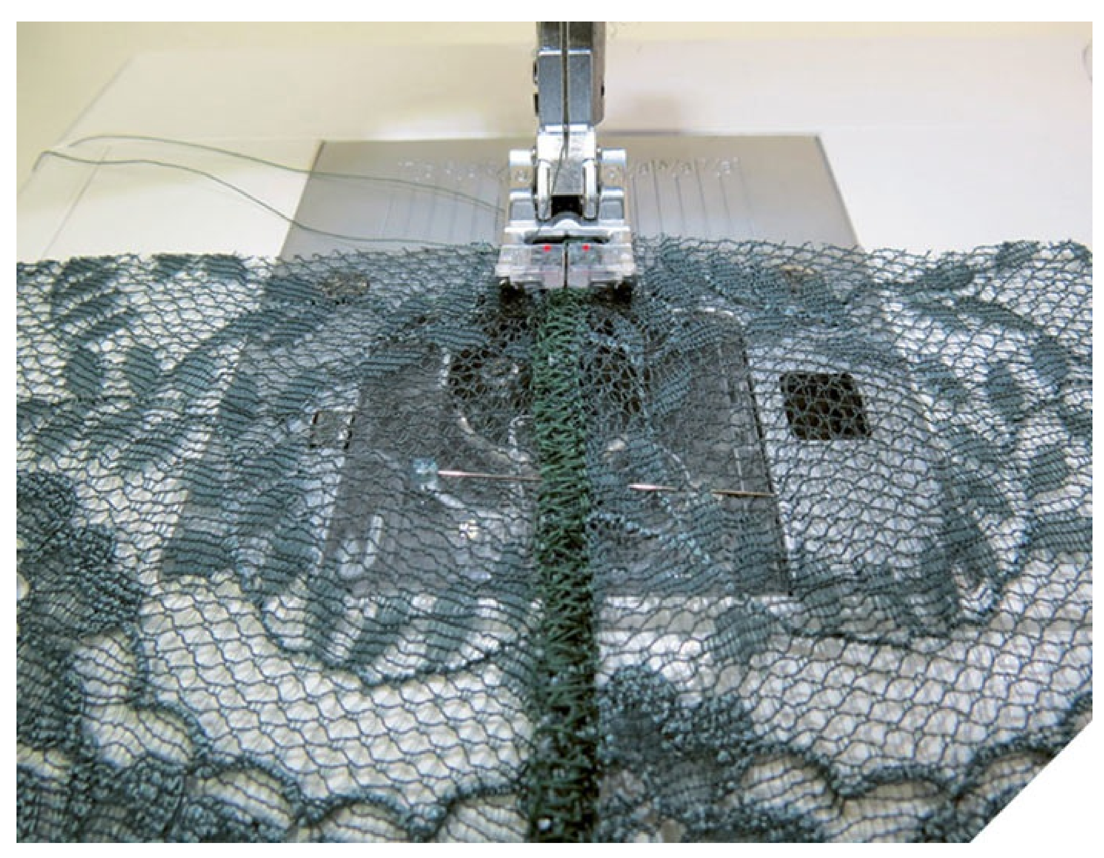
LE TANGA

Coupez les différents morceaux qui composent le tanga. Coupez la dentelle en prenant en compte la symétrie des dents de la dentelle. Il faut que les deux morceaux dos soient identiques. Préparez le devant résille et le fond de culotte, surjetez ou piquez au point stretch les deux bords. Le devant tanga est aussi une partie du dos, il n'y a pas de couture. C'est pour cela que le fond de culotte est libre. Posez le fond de culotte envers contre envers sur la résille, les deux morceaux doivent bien se superposer. Un cran indique l'emplacement du haut du fond de culotte. Épinglez en haut et en bas du fond de culotte. N'épinglez pas sur les côtés car nous allons poser les élastiques. Posez les élastiques sur les demi-cuisses. *Voir Coudre un élastique simple ou sans bordure*.



1. Épinglez endroit contre endroit les dos dentelle et surjetez en trois fils à la surjeteuse ou avec un point assez fin.

Voir Les coutures surjet.



2. Couchez la valeur de surjet sur un côté du dos et réalisez une piqûre droite tout le long. N'oubliez pas les points d'arrêts.



3. Épinglez le dos dentelle au devant par les côtés, puis surjetez ou piquez au point stretch.



4. Effectuez la même opération que pour le dos dentelle, couchez la valeur de couture vers le devant du tanga, cousez en piqûre droite.



5. Placez votre dos dentelle sur le dos résille, centrez bien la pointe de la dentelle. Épinglez et cousez en point zigzag serré en suivant la dentelle comme pour la trim sur le bonnet triangle.

Voir *Coudre une trim de dentelle*.



6. Retournez le tanga sur l'envers et coupez à l'aide d'un petit ciseau l'excédent de tissu. Si vous le souhaitez, vous pouvez faire de petits points bourdons aux niveaux des élastiques pour renforcer la piqûre. Posez l'élastique à la taille.

LA DÉLICATE, MAILLOT DE BAIN

En partant du soutien-gorge avec armature nous allons réaliser un maillot de bain avec armature. Il se noue facilement autour de la nuque et dans le dos, vous pourrez ainsi gérer la tension que vous souhaitez. Il s'adaptera à une poitrine plus généreuse grâce à son maintien et à la forme de ses bonnets. Le tanga sans couture dos soulignera le haut de vos fesses. Avec sa forme brésilienne, vous êtes prêtes pour aller surfer !



Matériel

- **1 m de Lycra en 1 m 40**
- **20 cm de marquisette en 1 m 40**
- **50 cm de doublure mousse en 1 m 40**
- **4 m de laminette**
- **1 m de protège armature et baleine**
- **50 cm de baleines souples**
- **1 paire d'armature**

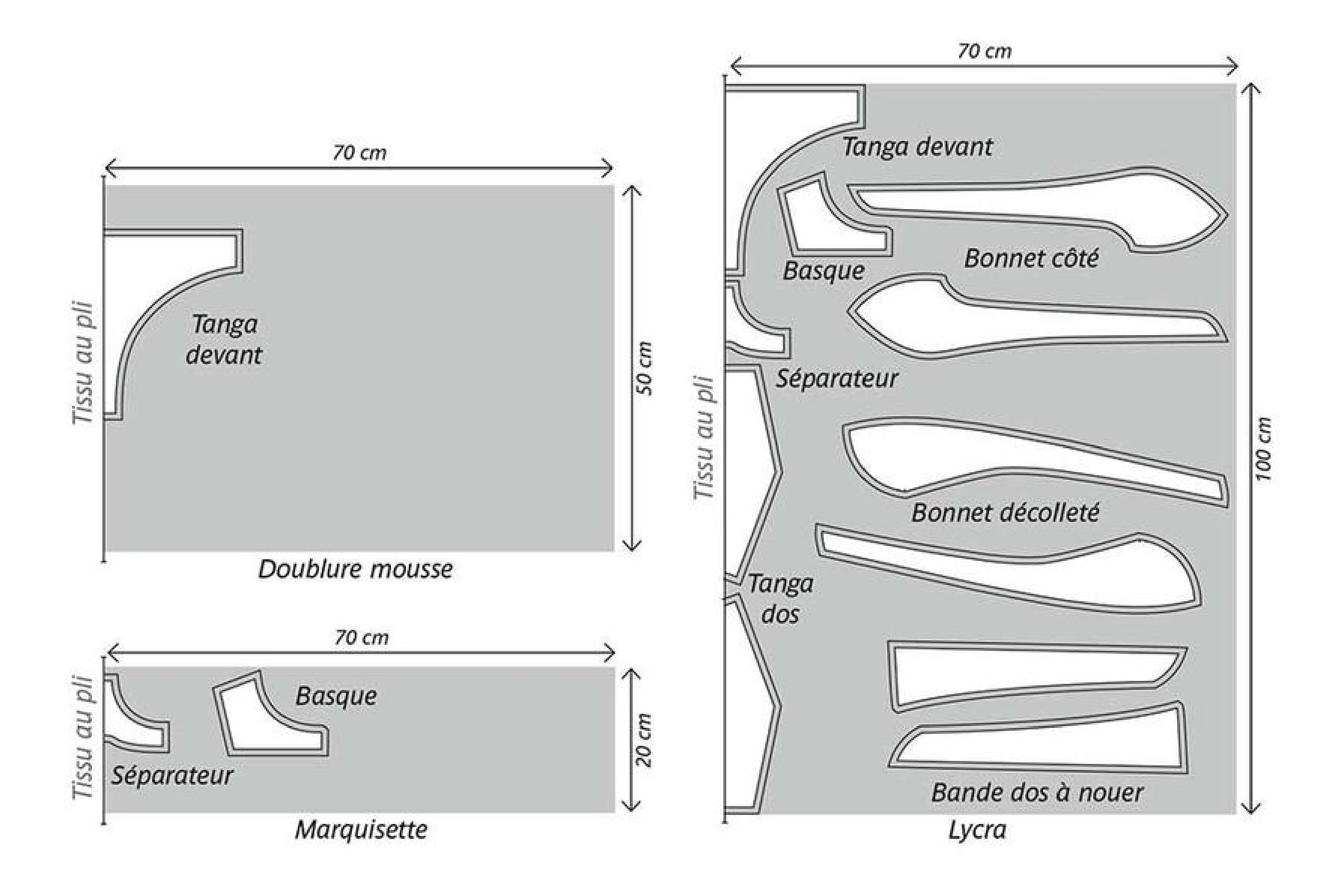
Techniques utilisées

- ***Coudre un protège armature***
- ***Sans couture, sans élastique***
- ***Coudre une laminette***
- ***Montage shorty La girly***
- ***Coudre une doublure maillot de bain***

Instructions de coupe

Patron tracé en gris / planche Maillot de bain

Le dos du tanga est coupé au pli. Sur le bonnet du maillot de bain avec armature, la découpe poitrine vous permettra de jouer avec des mix-matières, couleurs, imprimés. Amusez-vous ! Si vous choisissez des imprimés, prenez 50 cm de Lycra supplémentaires et ajustez vos pièces en fonction du motif.



N'hésitez pas à mixer les pièces. Si le tanga ne vous correspond pas, vous pouvez réaliser un autre bas de ce livre. Amusez-vous et créez le tiroir à maillots de bain qui vous ressemble.

LE SOUTIEN-GORGE AVEC ARMATURE

Découpez les différents morceaux. N'oubliez pas les morceaux de marquisette. Préparez le séparateur comme pour le soutien-gorge avec armature.
Voir Le soutien-gorge, séparateur tissu et marquisette.
Préparez le côté du séparateur. *Voir Monter le séparateur avec le côté et la marquisette*.



1. Posez la laminette sur la basque sur les côtés et le tour de sous-poitrine.

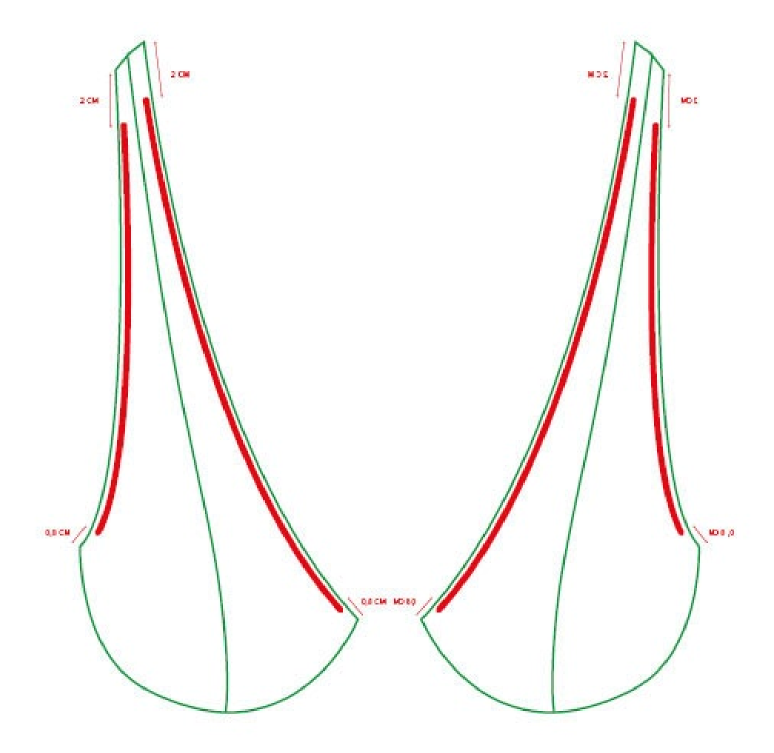
Voir Coudre une laminette.



2. Préparez le bonnet qui est doublé dans le même tissu. Épinglez et cousez la découpe poitrine. Réalisez cette action quatre fois.



3. Épinglez votre bonnet doublé, endroit contre endroit.



4. Pour un meilleur maintien, vous pouvez poser de la laminette interne sans rabattre sur un côté, à la fois sur le décolleté et sur le côté.

Pour un petit bonnet, cette opération n'est pas nécessaire.

Ne posez la laminette que sur les deux côtés du bonnet et réalisez la même opération que sur les autres poses de laminette : laissez 1 cm sur le bas du bonnet et 5 cm en haut du bonnet pour éviter les surépaisseurs.

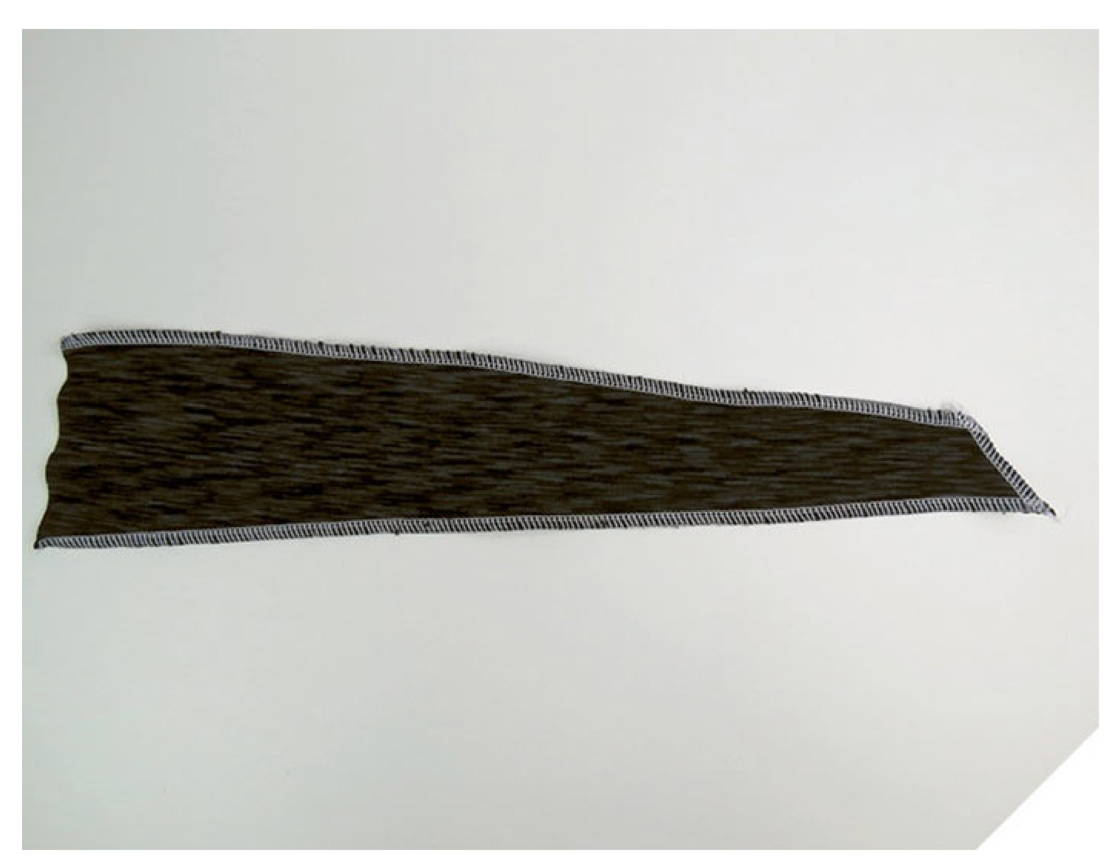
Voir Coudre une laminette.

Retournez sur l'envers du tissu et dégagez bien les angles, puis montez les bonnets à la basque.

Voir Le soutien-gorge, monter le bonnet, la délicate lingerie.

Posez le protège armature et l'armature.

Voir Coudre un protège armature.



5. Préparez les bandes dos, qui sont doublées dans le même tissu en les surjetant ou en les piquant au point stretch.

Si vous souhaitez un meilleur maintien, posez une laminette en surjetant les côtés. Retournez sur l'envers du tissu et dégagez bien les angles.



6. Épinglez les bandes dos sur les deux côtés, de part et d'autre de la basque. Surjetez ou piquez au point stretch et posez votre protège baleine.

Voir Le soutien-gorge, montage dos à la basque avec pose du protège baleine.

Attention ici, vous n'avez pas besoin de dégager la valeur de surjet.

Si vous le souhaitez vous pouvez réaliser vos propres protèges armature et baleines en Lycra. Il vous suffit de créer des petits tubes de tissu d’1 cm de large.

LE TANGA



Pour le montage de ce tanga maillot de bain, nous allons reprendre le même montage que le shorty maillot de bain. Découpez votre devant tissu et votre devant doublure mousse. N’oubliez pas la doublure devant doit être préalablement repassée. Prenez le devant tissu et le devant doublure mousse, épinglez et bâtissez tout autour. Posez la laminette sur le devant au niveau des cuisses, rabattez en point zigzag en trois points.

Voir Le shorty La girly, lingerie.

Voir Coudre une laminette.

Préparez votre dos.

Voir *Sans couture, sans élastique*.

Assemblez le devant et le dos.

Voir Le shorty La girly, lingerie.

Posez la laminette autour de la ligne de taille.

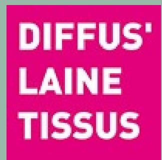
Voir Le shorty La girly, maillot de bain.

Remerciements de l'auteur

Je remercie mon éditrice Mélanie Jean de rendre ce livre possible et de m'avoir fait confiance.
Je remercie de leur bienveillance mes partenaires qui ont su m'apporter une aide précieuse et leur soutien tout au long de cette aventure. Merci à vous, Artesane, Diffus' Laine, France Duval Stalla, Mercerine et Pfaff.
Merci à Nathalie, Marie et Zoé pour ce sensible shooting photo.

Remerciements

L'éditeur et l'autrice remercient Diffus' Laine et Mercerine pour leurs tissus (résille, dentelle, jersey, lycra mat et brillant, doublure mousse...) et leurs fournitures (trim de dentelle, armature, baleine souple, agrafe dos, élastiques simples fins et larges...).



5, avenue Robert Shuman 33170 Gradignan



www.mercerine.com

L'éditeur et l'autrice remercient France Duval Stalla qui a fournit les jolis élastiques.

Retrouvez sa boutique au 72 rue Mazarine, 75006 Paris.

www.franceduval.com

France Duval-Stalla

L'éditeur et l'autrice remercient la marque Pfaff. La machine à coudre qui a servi pour les photos en pas à pas est le modèle Ambition 1.0.

www.pfaff.com/fr-FR/

Remerciements de la styliste

Marie remercie PaperMint, Fleux, Marion Graux et Blou.

PAGE DE COPYRIGHT

Direction : Guillaume Pô
Direction éditoriale : Tatiana Delesalle
Édition : Mélanie Jean
Direction artistique : Chloé Eve
Photographie : Nathalie Carnet
Modèle : Zoé Marty
Stylisme : Marie Mersier
Réalisation numérique : Noé Design

Dépôt légal : avril 2018
ISBN papier : 9782317012624
ISBN numérique : 9782317019173

www.mangoeditions.com

MANGO

DANS LA MÊME COLLECTION









MANGO